



LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara

Lampiran 1.1 Pedoman Wawancara Informan 1

Data Informan

- Nama :
- Pekerjaan :
- Hari/Tanggal :
- Jam :

Pedoman

- Perkenalan diri
- Menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara
- Melampirkan surat pernyataan informan (informan consent)
- Melakukan perekaman (record) selama proses wawancara
- Membiarkan informan menjelaskan informasi sebanyak mungkin, lalu lanjut ke pertanyaan berikutnya
- Melakukan penutupan dengan mengucapkan terima kasih dan sesi foto bersama

A. Latar Belakang Informan Ibu

1	Nama	
2	Usia	
3	Pendidikan Akhir	
4	Area Tempat Tinggal	

B. Latar Belakang Informan Anak

1	Jumlah anak yang dimiliki	
2.	Jumlah anak remaja yang dimiliki	
2	Urutan Posisi Anak (sulung, tengah, bungsu, tunggal)	
3	Usia	
4	Jenis Kelamin	

C. Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

1	Platform media sosial apa yang dimiliki informan? Sejak kapan?	
---	--	--

2	Boleh diceritakan alasan informan memiliki platform media sosial tersebut untuk apa?	
3	Dalam seminggu, biasanya informan mengakses media sosial seberapa sering (frekuensi)? Dan seberapa lama (durasi)?	
4	Konten-konten umum seperti apa yang biasa dikonsumsi di media sosial tersebut?	
5	Alasan utama Informan mengakses konten umum tersebut?	

D. Pengetahuan Terkait Isu Kesehatan Mental Remaja

1	Apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental?	
2	Apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental? Di platform media sosial apa?	
3	Apakah Informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial?	
4	Apakah Informan pernah meragukan atau merasa bingung dengan informasi tersebut? Informasi seperti apa yang informan percaya?	
5	Bagaimana Informan menyadari bahwa informasi kesehatan mental tersebut menjadi penting?	
6	Apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja?	
7	Informasi soal kesehatan mental di internet itu lebih banyak manfaat atau bahayanya buat remaja?	
8	Apakah konten kesehatan mental remaja tersebut membantu informan lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?	

E. Pengalaman Terkait Isu Kesehatan Mental Remaja

1	Pernahkah informan dulu waktu kecil, dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?	
2	Setelah liat informasi tersebut, Apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosial?	
3	Bagaimana Informan mengamati penggunaan media sosial anak remajanya?	
4	Apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja?	
5	Bagaimana tantangan dan kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya?	
6	Apakah informan memiliki control diri sepenuhnya setelah mengetahui informasi kesehatan mental remaja?	
7	Pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja?	
8	Saran untuk ibu yang memiliki anak remaja agar informasi di media sosial lebih bermanfaat buat orang tua maupun anaknya?	
9	Harapan Informan buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital saat ini?	

F. Informasi Kesehatan Mental Remaja di Media Sosial

1	Bentuk Konten paling tertarik atau ideal bentuk yang mana dan mengapa?	
2	Bentuk Konten kesehatan mental remaja apa yang informan ketahui dan di media sosial?	
3	Bentuk Konten informasi kesehatan mental yang paling sering ditonton atau lihat?	

4	Jenis Konten informasi yang ideal menurut informan, seperti apa?	
5	Jenis Konten (isi atau topik) kesehatan mental seperti apa yang informan butuhkan?	
6	Jenis Konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan mudah dibaca informan?	
7	Apakah ada media atau aplikasi yang menurut informan bermanfaat dalam mendukung peran ibu sebagai orang tua? atau tindakan yang informan lakukan?	



Lampiran 2 Surat Pernyataan Informan

Informan 1

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: ENDAH SUSANTI

Usia: 47th

Alamat: GRIYA SASMITA SERUA BLOK C1 /10

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul “Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja” yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan iini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.

DEPOK , 21 APRIL 2025

Informan Penelitian


ENDAH SUSANTI

Informan 2

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: *Nurkhikmah*

Usia: *47 th.*

Alamat: *Camp Bappenas*

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul **"Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja"** yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan iini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.

Depuk 14, Mei 2025

Informan Penelitian



Informan 3

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: Rahmi Mulyati

Usia: 45 tahun

Alamat: Gnya Sasmita blok D1, No. 7 RT 01/1209
Kel. Serua kec. Bojongsari Depok. Jabar

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul "Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja" yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan ini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.

Depok, 17-05-2025

Informan Penelitian


Rahmi Mulyati

Informan 4

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: Lia Yulianti

Usia: 35 tahun

Alamat: Ciater

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul **"Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja"** yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan iini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.

Tangerang Selatan, 22 April 2025

Informan Penelitian



Lia Yulianti

Informan 5

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: Aet Rohaer

Usia: 44 th

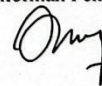
Alamat: komplek Griya sasmita

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul **"Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja"** yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan ini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.

Depok, 14 mei 2025

Informan Penelitian



Informan 6

Surat Pernyataan Informan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama: Anna Imam

Usia: 42 tahun

Alamat: Pangkalan jati

Menyatakan bahwa saya bersedia sebagai informan penelitian pada skripsi yang berjudul **“Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja”** yang dilakukan oleh peneliti bernama Zahra Aulia Rahma, mahasiswi program studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Melalui pernyataan ini, saya bersedia untuk di minta keterangan data, baik secara lisan maupun tulisan guna memenuhi persyaratan pengumpulan data penelitian oleh mahasiswi yang bersangkutan. Surat pernyataan ini, saya buat dengan sadar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Saya (~~Menyetujui~~/Tidak Menyetujui) penelitian ini untuk di publikasi atau terlampir di jurnal manapun, dan bersedia menjadi informan serta telah mengkonfirmasi hasil data penelitian. Demikian pernyataan iini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran tanpa paksaan siapapun.


Depok, 17 Mei 2025

Informan Penelitian



Lampiran 3 Bukti Wawancara Informan

Informan 1



Wawancara dilakukan pada hari Senin, 21 April 2025, pukul 19.00 – 19.39 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 1. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal

Informan 2



Wawancara dilakukan pada hari Rabu, 14 Mei 2025, pukul 14.10 – 15.28 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 2. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

Informan 3



Wawancara dilakukan pada hari Sabtu, 17 Mei 2025, pukul 16.17 – 17.00 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 3. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

Informan 4



Wawancara dilakukan pada hari Selasa, 22 April 2025, pukul 17.00 – 17.48 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 4. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian formal setelah bekerja.

Informan 5



Wawancara dilakukan pada hari Rabu, 14 Mei 2025, pukul 07.00 – 07.40 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 5. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian formal sebelum berangkat kerja.

Informan 6



Wawancara dilakukan pada hari Sabtu, 17 Mei 2025, pukul 11.00 – 12.00 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 6. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

Lampiran 4 Transkrip Wawancara Informan 1

Transkrip Wawancara Informan 1

Z: Zahra Aulia Rahma

E: Endah Susanti

Isi

Z: Sebelumnya aku izinkan perkenalkan diri dulu, aku Zahra Aulia Rahma, mahasiswa ilmu komunikasi dari Universitas Pembangunan Jaya. Dan kemudian aku lagi meneliti skripsi yang judulnya itu Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Digital Kesehatan Mental Remaja. Jadi maksud dan tujuan aku di sini adalah mau mencari data ya terkait dengan penelitian aku dan nantinya hasil penelitiannya itu insya Allah semoga berguna, gitu buat terkait literasi digital, khususnya pada Ibu. Jadi boleh kita tanya terkait data pribadi dulu ya. Nama Ibu kalau boleh tahu siapa?

E: Endah Susanti

Z: Pekerjaannya?

E: Ibu Rumah Tangga

Z: Usianya ibuu?

E: 47 Tahun

Z: Pendidikan akhirnya?

E: S1, ekonomi.

Z: Oke, area tempat tinggalnya?

E: Di Depok, Bojongsari Depok

Z: Sebelumnya Ibu pernah join grup komunitas kesehatan mental?

E: Grup komunitas kesehatan itu yang seperti apa ya?

Z: Yang kesehatan mental itu misalkan kayak Menjadi Manusia, Studio Jiwa, seperti itu pernah gak?

E: Enggak pernah. Enggak tahu lewat itu, kesehatan mental. Enggak pernah join. Kebetulan kurang paham juga...

Z: aaa seperti itu yaa, terus abis itu latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki?

E: Anak saya 3.

Z: Dan anak remaja yang dimiliki? sebelumnya anak remaja itu kalau dari Kementerian Kesehatan itu 10-18 tahun.

E: 10-18 tahun... eum berarti 2 yang remaja.

Z: Kalau boleh tahu urutannya?

E: Yang besar itu 20 tahun, yang nomor dua 18 tahun... nomor tiga 12 tahun.

Z: Berarti yang kedua sama ketiga yang remaja, untuk jenis kelaminnya?

E: Yang kedua Perempuan dan ketiga laki-laki

Z: okee... pertanyaan pertama itu ada platform media sosial apa yang dimiliki Ibu? Dan itu sejak kapan?

E: Contohnya?

Z: Contohnya kayak *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*.

E: Saya pakai *Facebook* dan *Instagram*.

Z: Kalau boleh tahu sejak kapan?

E: Sejak 2008, barangkali 2008 atau 2009

Z: Sudah lama juga ya berarti

E: Sudah lamaa jugaa umurnya....

Z: Boleh diceritain nggak sih alasan informan memiliki platform media *Facebook* dan *Instagram* tadi? Untuk apa?

E: Awalnya ikut tren aja. Orang-orang pakai *Facebook*, saya bikin *Facebook*. Orang-orang pakai *Instagram*, saya pakai *Instagram*. Tapi kalau aktif *Instagram*, nggak aktif banget. *Instagram* paling baru-baru. Dulu *Facebook*, kebanyakan *Facebook*.

Z: Berarti awalnya *Facebook* dulu ya, Kalau boleh tahu dalam seminggu, infonya itu mengakses media sosial itu seberapa sering? Dan seberapa lama kalau perharinya?

E: Seminggu hampir tiap hari... Kalau nggak main HP, lama. Kalau saya nggak kerja, saya main HP. Saya buka *Reels*, buka segala macam. Tapi nggak seharian, karena banyak aktivitas. Nggak cuma main HP gitu aja. Di selah-selah aja.

Z: Itu biasanya Ibu kalau pakai media sosial itu emang lagi fokus aja atau nyambi? Misalnya lagi masak, nyambi.

E: Nggak, kalau lagi santai.
 Z: Oh, lagi santai aja pokoknya?
 E: iyaa, tidak ada pekerjaan baruu main HP
 Z: Kalau gitu konten-konten umum seperti apa yang biasa Ibu konsumsi di media sosial tersebut?
 E: Kesehatan.
 Z: Oh, kesehatan...
 E: Kesehatan, film, nyanyi, lagu...
 Z: Kalau gitu alasan utama informan mengakses konten tersebut itu apa alasan utamanya? Kayak tadi kan kesehatan.
 E: Suka aja, senang.. pengen hidup sehat, cari ilmu.
 Z: Kalau itu yang selanjutnya ya, kira-kira apa yang informan pahami tentang definisi kesehatan mental sendiri? Kalau dari data kesehatan mental itu seperti depresi, cemas, stress...
 E: Kalau kesehatan mental, definisi menurut saya berarti dia berpikirnya sehat. Kalau mentalnya sehat, cara berpikirnya sehat. Nggak berpikir negatif. Ada istilah di dalam jiwa yang sehat, terdapat tubuh yang sehat. Jadi kalau pikiran kita tenang, insya Allah badan kita pun sehat.
 Z: Jadi sehat juga bukan dari fisik aja, tapi jiwa juga, mental juga.
 E: iyaa, Itu kesehatan mental menurut saya.
 Z: Jadi selanjutnya kira-kira informan pernah nggak sih melihat atau mencari konten kesehatan mental? Pernah nggak mencari?
 E: Stress gitu?
 Z: Iya, konten-kontennya
 E: Nggak, saya nggak suka. Tapi kalau lewat ya, sering balik lihat aja. Tapi kalau untuk mencari-cari, nggak. Saya nggak mencari yang orang misalnya sakit mental depresi gitu, saya nggak. Paling lewat aja.
 Z: Terus kalau boleh tahu itu tadi di platform media apa itu ibuu?
 E: Sekarang saya pakai Instagram.
 Z: Ohh Instagram ya? Biasanya kayak gitu kalau cari-cari disitu?
 E: Iya, saya nggak buka yang lain, Instagram aja. Facebook pun udah nggak pernah dibuka.
 Z: Seperti itu, oke. Kalau gitu, jenis konten kesehatan mental seperti apa yang informan butuhkan?
 E: Kira-kira buat...? Maksudnya terkait pribadi, anak atau apa ya?
 Z: Terkait pribadi dulu, nanti buat ke anak.
 E: Kesehatan mental?
 Z: Iya, yang kira-kira dibutuhkan gitu.
 E: Kesehatan mental yang dibutuhkan. Karena nggak berasa terganggu... Gini, kalau kita... Cara meredakan... Biar kita happy terus, nggak mudah stres, nggak mudah itu aja. Paling tips-tips gitu. Kalau ada konten yang bagus, yang misalnya... Kamu jangan gampang stress. Kalau ngelolanya boleh, nggak apa-apa gitu loh. Pokoknya dalam kehidupan sehari-hari... Yang mana yang bisa kita pakai. Yang cocok untuk diri saya sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Untuk bersikap, berpikir.
 Z: Berarti pernah nggak terlintas? Kayaknya pakai media sosial itu berpengaruh deh sama kesehatan mental kita. Ada nggak terlintas?
 E: Ada. Kalau misalnya beritanya jelek, berita anak bunuh diri, orang tua yang ini... Pokoknya berita berita yang negatif, saya nggak suka macamnya. Di-skip, lewat set. Apalagi kalau yang info-info kecelakaan. Yang bikin kita jadi stres. Saya paling, oh ya udah lewat aja, nggak mau baca banyak-banyak.
 Z: Berarti masih bisa memilah informasi-informasi yaa... Kalau gitu, kira-kira jenis konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan dibaca informan?
 E: Yang tersedia?
 Z: Iya, yang tersedia. Ada nggak lewat di reels atau gimana?
 E: Apa yaa?
 Z: Kayak mungkin dari kementerian-kementerian juga gitu, kementerian kesehatan atau apa gitu, jarang apa gimana?
 E: Nggak begitu merhatiin sih, jarang. Biasanya gini, kalau mana yang kita sering buka, itulah yang akan lewat. Jadi kalau yang saya jarang buka, dia akan jarang juga lewat. Kayak gitu aja sih. Cuma kalau memang dia lagi lewat, ya paling nggak sampai yang didalamin banget.
 Z: Kalau gitu, apakah informan mengetahui nih konten-konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja? Contohnya, aku kan kebetulan aku generasi Z nih. Aku juga cukup *interest* juga sama kesehatan mental. Satu-satunya tuh yang aku ikutin itu @studiodjiwa. Di @studiodjiwa itu, orang-orang yang ngerasa kesehatan mental itu mereka melukis kayak gitu. Jadi

nanti lukisannya itu di-upload di Instagram, terus nanti mereka buat caption yang dibuat mengajak orang kayak gitu. Itu Studio Jiwa. Terus yang kedua itu ada @menjadimanusia.id. Jadi kayak komunitas setiap minggunya itu, dia ikut pelatihan supaya merasa nggak sendirian dan lain sebagainya. Kira-kira tahu nggak sejauh ini?

E: Nggak tahu. Karena gini ya, bukannya saya sok sehat. Karena nggak merasa apa ya, lebih ke beda istilah lah Studio Jiwa untuk Menjadi Manusia. Saya nggak berpikinya sejauh itu sih. Yang penting hidup ini kita jangan, kalau saya, jangan mempersulit orang. Gitu aja kan? Jadi insya Allah orang juga tidak akan mempersulit kita. Jadi kalau mau ini Jiwa apa ya? Biasa-biasa aja. Itu lebih ke aktualisasi diri nggak sih? Kalau misalnya kita melukis, mengeksplorasi. Mungkin untuk orang yang nggak bisa mengungkapkan atau yang memendam sesuatu gitu ya. Karena saya bukan tipikal yang seperti itu. Jadi nggak harus yang butuh gitu sih. Yang penting saya biasa aja sih. Berteman, berteman, berteman, biasa aja.

Z: Selanjutnya nih, pertanyaan selanjutnya pengalaman terkait Isu Kesehatan Mental. Kira-kira pernah nggak sih informan itu dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?

E: Saya dari kecil? Jaman saya mungkin agak lamaan dulu ya. Orang kalau sakit mental gila aja gitu kan. Jadi nggak ada yang sampai dipelihara. Paling kalau orang tua zaman dulu itu mendidik kita lebih ke secara agama. Jangan begini, kita harus bersikap baik. Jangan menyinggung orang lain. Kesopan santun. Terus kalau masalah ini, kalau orang tua zaman dulu cenderung agak kurang. Untuk kesehatan mental kita lebih ke kamu tuh anak baik lah, gitu aja. Jadi Alhamdulillah dari rumah saya juga bukan orang-orang yang kasar, bukan orang-orang yang apa, jadi nggak kenal juga sih. Istilah-istilah kayak gitu ya. Biasa-biasa saja.

Z: Kalau gitu, yang nomor dua, jenis konten kesehatan mental remaja apa yang jarang tersedia di media sosial kira-kira?

E: Kesehatan mental remaja?

Z: Iya, remaja sekarang kita berbicara tentang remajanya.

E: Apa ya, yang jarang? Apa ya, kesehatan? Untuk remaja itu paling kan, kalau remaja-remaja zaman sekarang itu kan masalahnya apa sih?

Z: Aku baca sih waktu itu yang di WHO atau kemenkes gt ya, semacam istilah *self diagnosis*, *FOMO* secara berlebihan, jadi kayak ngikutin standar orang-orang gitu kan. Jadi kita ada kekhawatiran nanti, ada anxiety kayak gitu-gitu.

E: Ya, benar. Sekarang tuh memang gini, karena adanya media sosial banyak banget berpengaruh ke remaja-remaja sekarang. Jadi misalnya ada satu hal yang viral, semua anak remaja mau mencoba, mau ngelihat, mau seperti itu ya. Jadi mungkin konten yang butuh itu lebih banyakin aja warningnya. Hey kalian jangan *FOMO* misalnya. Misalnya contohnya lagi zamannya game. Coba ada aturan gamenya itu seperti apa, batas waktu, walaupun sekarang sih sudah ada ya. Sudah ada, tapi mungkin lebih lagi lah gitu. Atau mungkin kalau perlu jangan cuma di medsos, dari sekolah lebih gencar. Terus untuk ngasih apa ya anak-anak tuh, biar jangan *FOMO* tuh gimana ya caranya. Lebih banyak konten yang mencontohkan yang positif aja deh. Jangan terlalu terbawa efek ke barat baratan, ke Korea-Korea an, kek apa. Harus ditutup dengan berita yang lebih bagus lagi. Misalnya gitu konten-kontennya gitu aja. Yang arahnya nantinya lebih merhatiin kesehatan mental. Jadi kalau mau bikin konten inget, yang ngeliat bukan cuma orang dewasa, tapi ada juga remaja, ada anak-anak. Jadi hati-hati gitu aja. Kalau mau konten apapun.

Z: Itu baik buat yang bikin kontennya sama yang menerima kontennya juga ya.

E: Itu harus diedukasi.

Z: Dan selanjutnya ini, kira-kira bentuk konten informasi yang paling sering ditonton atau dilihat, paling tertarik bentuk yang mana dan mana?

E: Konten informasi?

Z: Iya, informasinya.

E: Iya, reels. Itu kan selewat, selewat, selewat. Tapi kan banyak.

Z: Bentuk video ya berarti ya. Foto atau tulisan gitu kira-kira kurang?

E: Sama aja kalau saya video ataupun tulisan. Tapi lebih ke reels.

Z: Karena informasinya video dan tulisan. Lebih enak ya. Oke, selanjutnya nih ya. Dengan ada informasi yang didapatkan, apakah dapat membantu informan dalam kesehatan mental pada remaja? Misalnya sekarang juga bentuk video yang tadi dijelaskan kan ada reels.

E: Benar, benar, benar. Itu bisa bantu. Kadang kalau labelnya ada, nih jangan main game nih, jadinya seperti ini.

Z: Suka kirim videonya nggak?

E: Ya, di grup keluarga. Jadi ada anak yang skena. Kirim. Baca ya! Nah paling itu dikasih. Sama ya, Kalau reels ada yang gini, kirim. Atau kalau ada yang contoh baik, kita kirim. Ini loh kalau bisa seperti ini. Kita membantunya gitu aja. Kadang anak kalau kita nasehatin, dia nggak denger. Ketika ada contohnya, ini loh bener terjadi loh, anak matanya jadi berdarah gara-gara kebanyakan main HP. Kirim. Itu efektif.

Z: Iya bener-bener. Kalau gitu konten informasi yang ideal menurut informan itu seperti apa? Konten informasi kesehatan mental yang ideal.

E: Satu, contoh akibatnya. Akibat positif, akibat negatifnya itu kan perlu dikasih tahu ya. Dan perlu ada bukti konkret. Ini loh benar-benar terjadi. Seperti itu aja. Kadang kalau belum ada yang terjadi, belum percaya.

Z: Iya sih benar. Takutnya juga kita kan kemakan informasi hoax.

E: Tapi harus dipastikan kalau berita itu benar, terjadinya ini benar, jadi semua percaya. Jadi jangan anak kadang ngebalikin, ah sama reels aja percaya. Jangan kayak gitu. Kalau bikin konten serius, ada buktinya, ada sumbernya. Itu aja. Jelas ya.

Z: Terus abis itu, kita lanjut ke digital parental mediation ya. Kira-kira apakah ibu melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam pengguna media sosial?

E: Pemantauannya. Jadi sebenarnya, ini anak tiga, IG-nya ada di saya. Mereka ada akun. Mereka juga tahu ada akunnya. Jadi kalau saya mau ngintip, kelihatan. Jadi melakukan pemantauannya lewat akun lihat sekilas. Dan saya pun berkomunikasi lewat misalnya IG juga. Sekilas.

Z: Cuma media sosial aja? Kaya tadi *Instagram*?

E: Mereka bertwitter, tapi saya nggak main *twitter*, nggak bisa. Tapi intinya, kalau di saya itu, menjaga komunikasi sama anak. Nggak perlu pake medsos. Kalau saya bercerita, ngobrol. Kalau ngumpul, ngobrol. Jadi masih terjaga lah ibaratnya. Dia curhat nih ke kita kok. Apa juga di ceritain. Insya Allah.

Z: Terbuka ya. Terus abis itu, tadi udah dijawab juga mengamatinya lewat media sosial.

E: Iya, lewat media sosial juga. Lewat langsung juga. Telepon juga.

Z: Kalau gitu, boleh tau nggak sih kalau misalkan secara langsung ada nggak sih waktu-waktu tertentu misalkan kita malam-malam kumpul buat cerita tentang hari ini?

E: Nggak direncanakan, tapi biasanya kalau ngumpul di rumah yang nonton, yang nyanyi, makan bareng. Segala macam cara.

Z: Selanjutnya, kira-kira informan pernah nggak sih berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja? bagaimana informan ngelakuin?

E: Biasanya dia cerita dulu, temanku begini-gini. Nah, dari situ kita masuk. Mak, aku bingung gini-gini. Nah, baru masuk. Langsung kasih saran. Ngobrol-ngobrol, lama-lama masukin dikit-dikit, nggak mendikte ya. Iya, iya, kenapa bisa begitu ya. Kamu hati-hati ya.

Z: Lalu, ada nggak sih informan menetapkan aturan khusus terkait membatasi penggunaan dari konten yang boleh diakses aja, kayak khusus ini konten-konten ini aja yang boleh diakses?

E: Susah memblokir. Kalau saya susah. Anak nggak bisa mantau 24 jam. Paling yang dibangun itu kesadarannya. Ini lho, bukan belum umur kamu lho. Belum umur kamu lho, lihat ini. Kalau lewat, skipin, skip. Jadi, lama-lama dia juga nggak mau ngelihatnya. Tapi ya mungkin, pasti ada juga kecolongannya ada. Cuman kan, berarti kita udah usaha gitu ya. Cuman masih aja. Ini ya, nggak game doang.

Z: Berarti informan nggak menggunakan aplikasi atau fitur khusus untuk memblokir konten yang berpengaruh?

E: Nggak pake, nggak dibatasi jamnya, cuman punya batas waktu misalnya jam 10 stop, tidur. Kalau jam 10 lewat masih main, diambil.

Z: Kalau gitu, seberapa sering informan memeriksa riwayat pencarian atau histori browser anak di ponselnya? Apakah pernah?

E: Seberapa sering ya? Nggak gitu sih. Kalau lagi inget aja. Biasanya kalau misalnya denger cerita gini-gini baru lihat. Ada kejadian gini-gini baru lihat.

Z: Jadi nggak sering ya? Kalau gitu, kira-kira informan memiliki kontrol penuh nggak terkait informasi kesehatan mental kepada anak remajanya?

E: Insya Allah. Karena kan mantaunya nggak cuman dari metode. Dari saya ketemu setiap hari kan kelihatan. Dari kegiatan sekolah, dari kegiatan media, semua izin. Jadi masih terpantau. Walaupun saya nggak pegang HP-nya, tapi masih terpantau karena saya kan di rumah.

Z: Kalau gitu, bagaimana nih tantangan dan kendala tertentu yang informasi alami saat melakukan pemantauan kesehatan mental kepada anak remajanya?

E: Kendala? Kendala, kadang anak itu dia mau cerita, ada yang nggak. Kalau saya lebih senang kalau yang cerita malah, walaupun ceritanya dia kadang nggak enak didengar, tapi kan, oh, ternyata kayak gini. Yang lebih susah yang nggak mau cerita. Kalau anak laki kan nggak mau cerita. Kita tanya terus. Paling gitu. Tantangannya gitu. korek anak gimana caranya dia mau cerita. Kadang, kegiatan sekolah hari ini kalau nggak ditanya, nggak laporan. Gimana? Oke? Baik? Baik. Itu doang. Ini harus cari tahu nih.

Z: Oh ya kan, yang anak remajanya kan ada yang perempuan kan.

E: Kalau yang perempuan cerita. Kalau yang laki kan tidak cerita. Cuma harus nyari tahu. Kayak gitu. Untungnya yang kedua itu cuma cerita.

Z: Oke, selanjutnya ini pertanyaan terakhir. Pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja?

E: Jadi temennya anak. Jadi temennya aja kalau saya. Jadi temennya, jadi orangtuanya, jadi supirnya, jadi bendaharanya, donatur. Semuanya. Ada sponsor. Ya gitu aja.

Z: kalau gitu. Sudah selesai. Terima kasih banyak atas waktu dan kesempatannya.



Lampiran 5 Transkrip Wawancara Informan 2

Transkrip Wawancara Informan 2

Z: Zahra Aulia Rahma

K: Khikmah

Z: Aku mau perkenalkan diri dulu. Namaku Zahra Aulia Rahma, mahasiswa ilmu komunikasi, Universitas Pembangunan Jaya. Jadi, kedatangan aku disini mau mewawancarai terkait penelitian aku, yang judulnya itu Informasi Kesehatan Mental, Persepsi Generasi X dan Y di Kalangan ibu. Oke. Jadi penelitian ini diharapkan bisa menambah manfaat terkait penggunaan literasi digital khususnya bagi ibu generasi X dan Y terkait media sosial. Oke, mungkin kita langsung ke pertanyaan pertama ya, terkait dengan latar belakang informan. Itu kalau boleh disebut namanya siapa?

K: Nama panjangnya Nur Khikmah ya.

Z: Oke, usianya?

K: Usianya 47 Tahun

Z: Oke, untuk pendidikan akhirnya?

K: Saya SMA.

Z: Untuk area tempat tinggalnya?

K: Saya daerah Jawa Barat, Depok.

Z: Sekarang kita ke latar belakang informan anaknya. Yang pertama jumlah anak yang dimiliki?

K: Tiga anak.

Z: Kebetulan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia anak remaja itu 10 sampai 18 tahun. Nah dari ketiga anak itu yang memiliki anak remaja ada berapa?

K: Kalau yang remaja ada dua ya.

Z: Oh gitu. Kalau boleh tahu rutan posisinya yang keberapa?

K: Kalau yang kedua itu baru mau 19 tahun sih ya.

Z: Oh oke. Kalau yang ketiga?

K: Yang ketiga 15 tahun

Z: Untuk jenis kelaminnya?

K: Laki-laki dan perempuan

Z: Kita lanjut ke pertanyaan selanjutnya ya terkait kebiasaan penggunaan media, jadi kira-kira platform media sosial apa nih yang dimiliki oleh informan?

K: Whatsapp ya

Z: Whatsapp apa ada lagi? Instagram, Tiktok, Facebook?

K: Facebook enggak. Kalau anak-anak iya.

Z: Tapi kalau ibu sendiri berarti Instagram sama Tiktok aja ya?

K: Adaa, tapi juga enggak terlalu aktif banget ya. Paling WhatsApp aja kita yang ini.

Z: Lebih intensif berarti di WhatsApp ya?

K: Iyaa

Z: Kalau boleh tahu itu sejak kapan?

K: Sejak 2016 ya.

Z: Oh 2016, itu apa? Whatsapp atau Instagram?

K: Instagram enggak, kita baru-baru aja.

Z: Oh baru-baru aja. Kalau gitu boleh diceritain gak nih alasan informan memiliki tadi Whatsapp, Tiktok sama Instagram? Untuk apa?

K: Karena ini ya, mudah berkomunikasi. Satu kita, apa namanya, prabayar kan. Iya kan? terus ya untuk ini aja menjalin komunikasi itu lebih mudah gitu aja... untuk apa namanya ya itu aja sih kayaknya untuk komunikasi ya terutama, kalau kita WhatsApp untuk komunikasi aja gitu kan.

Z: Kalau Instagram?

K: Kalau Instagram mungkin Iya, sebenarnya mau komunikasi, tapi kita nggak terlalu aktif ya di situ.

Z: Tapi kalau punya akun mah ada ya?

K: Akun ada, tapi... Cuma jarang aktif aja.

Z: Oh, kalau begitu TikTok?

K: TikTok juga nggak, nggak terlalu... Ya ada, ada kita punya akunnya, tapi kita nggak terlalu aktif.

Z: Oh, nggak terlalu aktif gitu. Berarti kalau misalkan aku prediksi ya, berarti dalam seminggu itu biasanya mengakses media sosial itu... berapa itu? Selama seminggu? misalnya whatsapp berapa? tiktok berapa? atau instagram berapa?

K: Kalo whatsapp sih hampir tiap hari ya? 24 jam gitu kan, kalo tiktok tuh paling seminggu sekali gitu kan, instagram juga hampir paling sebulan sekali itu juga belum tentu.

Z: oh oke oke oke kalo misalkan, tadi udah di mention sih kalo whatsapp tuh 24 jam ya? 24 jam ya? iya Kalau Instagram, Tiktok sehari itu ada gak sih sekedar buka, misalkan berapa menit doang atau sejam gitu?

K: Oh, ada. Kalau IG, Tiktok kita jarang-jarang buka. Biasa sekali doang.

Z: Kalau gitu nih, walaupun jarang gitu ya, aku sih pengen tahu sih konten-konten umum seperti apa sih yang biasa dicari gitu di Instagram atau di TikTok?

K: Kalau ibu-ibu ya pada umumnya aja ya, kadang kita... ceramah pagi, kuliah subuh, kajian aja. Terus udah masak, kayak belanja online. Jadi ke online aja.

Z: Oh berarti Youtube gitu, Youtube gimana?

K: Youtube pake sesekali. Tapi itu cuma misalnya nyari inian masak, resep masakan gitu. Gitu aja sih kalo Youtube ya seringnya gitu aja.

Z: Oh iya sih bener. Kalau kita lanjut ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental ini Sebelumnya aku mungkin mau jelasin dulu ya kesehatan mental menurut aku dan ini juga aku ambil dari Google Jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial seseorang Itu tuh mempengaruhi cara kita berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi hidup. Jadi pengertian kesehatan mental tuh bukan hanya sekedar bebas dari gangguan-gangguan kayak stres atau depresi, tapi juga itu kita tuh sebagai individu, itu sebagai manusia bisa mengelola kehidupan kita sehari-hari. Dalam bekerja kah, apakah bekerja kita secara produktif kah, apakah kita berkontribusi dengan seseorang itu bagus apa **enggak gitu** ibaratnya dalam kehidupan sehari-hari. Nah, kalau gitu pertanyaannya kalau dari ibu sendiri kesehatan mental itu apa sih pendapatnya?

K: Iya, kalau kesehatan mental itu mungkin kalau terutama didukung dari keluarga ya. Terutama anak-anak ya. Itu pendukungnya adalah keluarga. Anak mau bagaimana gitu kan. Sebenarnya kita sebagai orang tua tuh lebih bagus. Mengasih kepercayaan kepada anak. Terus anak-anak tuh di... dibebaskan untuk memilih gitu kan.... kita jangan mengekang gitu jadi mungkin lebih sehat itu

Z: Oke berarti jadi pola mungkin pola komunikasinya

K: ya jadi anak-anak dibebaskan memilih misalnya terutama Sekolah ya Anak-anak kan kadang-kadang anak yang satu dan yang lain Kita anak tiga aja Kita beda-beda Yang satu sukanya Misalkan fotografer Yang satu suka otomotif Yang satu suka Musik, mungkin Kita arahkan aja... Mungkin itu Masa depan mereka, Mereka cuma butuh dukungan dari orang tua aja sebenarnya Mungkin itu lebih sehat Kalau menurut saya ya, buat anak-anak ya, terutama.

Z: Kalau gitu, pernah nggak sih informan itu melihat atau mencari konten tentang kesehatan mental di media sosial?

K: Sese kali ya. Kadang kita sekintas itu baca gitu kan, kesehatan mental gitu kan. Entah ibu-ibu ya, kesehatan mental anak-anak gitu kan, yang kita cari itu sih sebenarnya. karena kalau keluarga keluarganya tuh sehat pasti insya Allah semuanya sehat gitu ya cara berpikirnya pasti positif itu itu aja sih.

Z: Kalau boleh tau itu mencarinya dimana?

K: Kalau kita kadang sekarang di tiktok ada gitu kan, di google ada mungkin kalau di kombo di google kali ya.

Z: Kalau gitu kalau boleh tahu tadi informasi tadi yang didapat itu seberapa sering?

K: Sese kali aja kita sih enggak terlalu ini ya matokin ama itu ya.

Z: Kalau gitu kira-kira informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang berada di media sosial? soalnya dari pengalaman aku itu apa ya ada beberapa istilah kesehatan bilanganya itu self-diagnosa gitu, jadi merasa dirinya sakit mental padahal itu enggak, karena adanya informasi-informasi tadi kayak "kayaknya kena mental deh" padahal enggak karena dia ada istilahnya namanya self-diagnosa sendiri gitu padahal itu belum tahu kebenarannya kayak gitu. Bisa dibilang kan baik juga sekarang kan informasi-informasi saking cepatnya jadi kadang enggak tahu kebenarannya apa kejelasannya sebagainya. Kira-kira seberapa percayaannya gitu?

K: Eumm sekarang karena banyak istilah ya, kan kadang ada sekarang contohnya gini ada ada orang pensiun ada yang dinamakan post power syndrome pensiun. Istilahnya banyak, jadi kita Kalau zaman dulu sama zaman sekarang itu beda. Sebenarnya anak itu butuh dukungan. Iya nggak sih? Butuh dukungan keluarga. Kayak orang pensiun juga butuh dukungan keluarga juga. Dia harus

percaya dirinya kurang. Nah itu yang butuh dukungan. Makanya sekarang kita tanamkan keluarga sehat dulu. Insya Allah semuanya penghuninya sehat, gitu kan. Mentalnya terutama.

Z: Apalagi keluarga itu ibaratnya lingkungan pertama,

K: Kalau pengen sehat, keluarganya sehat dulu deh. Karena contohnya gini, kalau ada anak dari keluarga broken home, itu pasti ada beda mentalnya. Iya. Iya nggak? Bisa dibaca lah, gitu. Itu yang kadang-kadang mereka jadi kayak pelarian. Itu yang dikatakan dengan sindrom. Nggak tahu deh, sindrom banyak banget, sindrom sekarang itu. Itu aja sih yang jadi pembeda. Sekarang kita utamakan keluarga sehat dulu, utuh lah. Kalau punya keluarga utuh, insya Allah semuanya akan sehat, pengguninya.

Z: Iya, sih. Aku juga cari-cari informasi kan yang broken home itu ada yang namanya @behome.id, Jadi di Instagram itu khusus yang terkena broken home. Jadi dia setiap minggu itu selalu ketemu.

K: Nah Anak-anak itu nggak bisa mencurahkan isi hatinya. gitu bedanya anak-anak sama orang dewasa... kalau orang dewasa orang tua itu bisa kita curhat kita bisa melampiaskan, apa sih kekesalan? Kalo anak anak nggak bisa, dia cuma bisa melihat, dia nggak bisa mencurahkan, apa sih yang di dalam pikirannya. Tapi efeknya beberapa tahun kemudian, kaya ada anak pelecehan seksual itu berapa tahun kemudian itu akibatnya gitu efeknya baru-baru berasa gitu sama anak berpenghormon juga gitu jadi nggak bisa dianggap enteng itu mental, itu misalnya bakal berdampak juga dampaknya besar itu makanya itu kita harus punya mempertahankan keluarga yang utuh keluarga yang sehat insya Allah semua mentalnya sehat gitu itu aja sih

Z: Oke oke kalau gitu jenis konten, jenis konten itu berkaitan dengan isinya jadi aku jelasin dulu ya jenis konten itu berkaitan dengan apakah jenis konten itu edukasi, hiburan, informasi, atau testimoni misalkan ke orang-orang, atau promosi, tutorial, ataupun opini-opini. Nah, kira-kira pertanyaannya jenis konten kesehatan seperti apa yang kira-kira informan butuhkan dari yang tadi aku sebutin. Edukasi kah? Hiburan kah? Opini? Atau testimoni?

K: Mungkin kita juga perlu testimoni ya. Maksudnya ada bukti nih gitu kan. Opini juga bisa juga gitu kan. Ya pokoknya pengalaman gitu kan. Karena itu kan biasanya kalau pengalaman itu kan udah terbukti gitu. Itu kalau kita lebih berkaya itu sih. Daripada orang cuma cuap-cuap ngomong gitu. Cuma ini doang gitu. Kalau belum ada testimoni kita sih nggak terlalu ini.

Z: Kalau gitu, jenis konten, informasi Kesehatan mental apa yang tersedia dan mudah dibaca?

K: Kira-kira. Apa ya? Mungkin yang... Kepribadian kali ya? Apa ya? Kepribadian? Iya. Kadang kita... Karena ada... Kadang-kadang kita ngebaca ya, ada saudara juga yang kuliah di psikolog gitu. Kadang-kadang katanya bisa dari tulisan, dari ini, ini. Terbaca dari situ ya, dari tutur kata gitu ya.

Z: Oh ya, misalnya dari ekspresi juga, dari tulisan.

K: Iya, kadang-kadang dari mata gitu. Kayak orang misalkan, kayak kita nih misalkan anak bohong, kita tahu. Sebenarnya orang tua itu tahu gitu ya. Mau sebohong apapun, kita tahu sebenarnya, cuma kita nggak mau menjelaskan. Ada hal-hal yang nggak harus dijelaskan, karena kita nutupin dia takut, biar nggak malu, gitu kan. Cuma kita tahu, gitu. Kepribadian kita harus tahu lah, gitu kan. Itu sih. Begitu sih.

Z: Soalnya ada tuh istilahnya kepribadian namanya MBTI.

K: Iya. Karena kita tuh ada beberapa ponakan tuh kuliah di psikolog. Jadi kita kadang kalau ngobrol, Oh ini ini tan gitu Oh gitu juga jadi Oh ya ya bener juga sih kadang kalau orang bohong aja kan kebaca ya dari bahasanya terbata-bata gitu dia harus mikir harus matanya tiba-tiba dia kalau kita main kadang-kadang kalau anak-anak tuh bohong kita juga tahu sebenarnya mimiknya dia udah tahu kita

Z: Kayak kita juga nganungin apa lihat informasi juga harus di cross check banget gitu ya

K: iyalah kita jangan terlalu kemakan informasi yang kadang-kadang sekarang kebanyakan ini malah kita kemakan sendiri pusing gitu kan, kan banyak banget sekarang konten kreatif juga kayak sekedar ngomong aja tapi diserapnya juga kurang padahal tuh belum tentu gitu kan

Z: Kira-kira apakah informan pernah meragukan nggak atau merasa bingung gitu dengan informasi tersebut?

K: Informasi kesehatan mental kadang ya kita buat masukkan aja sih, bingung sih enggak gitu kan kita kan kalau seorang ibu itu kan punya cara sendiri pastinya ya menitik anak-anak beda-beda... kita kan setiap ibu pasti beda-beda menitik anak jadi kita tahu lah porsi-porsinya udah tahu, jadi kita enggak ragu informasi itu sebatas informasi kita cukup tahu, mungkin membandingkan dengan keseharian aja jadi kita nggak perlu dibingungin juga nggak usah diambil pusing juga, kita kemakan sama informasi bingung juga sendiri kebanyakan pilihan terus juga informasi seperti apa nih?

Z: Informan percaya misalkan dari informan sebelumnya tuh pernah ngejelasin misalkan kayak nih ya nggak boleh main game terlalu lama nanti matanya merah di-share itu kira-kira informasi apa tuh yang informan percaya sehingga itu bisa apa ya kaya memberikan dukungan ke anaknya gimana?

K: Iya ya dulu kita dulu kan kita pernah, paswif yang pertama tuh, awal-awal anak-anak tuh mungkin kaget gitu kan karena full kan 24 jam kita gak ini cuman kita gini kamu boleh karena ini kan kebutuhan anak-anak sekolah juga... setiap tugas harus pakai hp kita, otomatis mau gak mau harus punya wifi gitu kan oke kalau kita beli ini data juga mahal juga per anak berapa anak kita tiga kadang-kadang tiap hari harus ada PR harus buka Google ya kan... kalau kita pakai data kan mahal juga itu kan misalnya satu sebulan seratus gitu kan nah kita masang wifi gitu kan misalnya satu bulan tiga setengah kita bisa pakai semuanya tapi kamu tuh gak boleh, kita harus pesenin dari awal kita kasih kepercayaan mereka, boleh megang hp gitu kan kita gak pernah kayak ngonci-ngonci, kadang ada orang tua yang pakai kunci gitu loh, jadi boleh main hp nih dari jam sini kalau kita gak pernah, kita kasih kepercayaan aja... oke ibu beliin hp, tapi kamu buat ini-ini gitu kan jangan buka yang ini-ini, karena itu tidak baik, gitu aja sih Jadi kita kasih kepercayaan intinya ke anak. Udah, kalau percaya kan udah enak ya.

Z: Iya, selalu-selalu percaya lah ya berarti. Iya sih, yang kita tanamin kayak gitu. Kalau gitu, bagaimana informan mulai menyadari nih? Kalau ternyata informasi kesehatan mental tuh penting. Menyadarinya tuh apa?

K: Penting, mungkin... Ya kita sebenarnya... Kalau anak-anak ini ya, kayak udah mulai remaja gitu kan.

Z: Ohh iya sih.

K: Iya ternyata ini juga ya gitu kan. Transisinya kan ibaratnya remaja tuh gak pada usah lumayan gitu ya. Nah itu kan ada perubahan fase-fase kan itu. Stabilnya itu. Iya itu lebih. Iya masa-masa remaja itu kan ada yang lagi masa ke-7. Iya betul. Mulai ngelawan jenis gitu kan. Nah itu yang kita harus... butuh informasi kita ini belajar dari itu ya ngambil-ngambil yang positif-positif poin-poin yang positif kita perlukan kita terapkan itu perlu buat lagi kan ibaratnya mendidikan perempuan laki-laki juga beda-beda.

Z: Kalau gitu ini kira-kira informan mengetahui gak sih tentang konten kesehatan mental yang dipuntukkan remaja?

K: Konten kesehatan mental remaja ini sih kita gak terlalu ini ya, gak terlalu ngikutin yang itu.

Z: Kayak kurang ya gitu ya?

K: Kurang, kurang.

Z: Selanjutnya kita lanjut nih ke pengalaman terkait kesehatan mental. Jadi, pernahkah Informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?

K: Kita, ya mungkin sekedarnya aja ya. Itu karena dari kecil ditanamkan kepercayaan. Jadi, ya kita diarahkan gitu nih kamu jangan segini segini begini begini gitu kan kamu jangan begini belum belajar kayak gitu kan

Z: Kayak jadi orang baik gitu ya pokoknya

K: Kamu begini-begini kalau begini tuh salah gitu kan ya itu kan yang menyebabkan tanamkan ke anak-anak itu sih.

Z: Kalau gitu sekarang kita lanjut ke bentuk konten ini. Bentuk konten itu masih kesehatan mental. Jadi bentuk konten itu ada, aku jelasin dulu. Bentuk konten itu ada teks. Teks itu kayak artikel, caption atau threads. Terus ada gambar, gambar itu semacam poster atau infografis. Ada video juga. Video itu kayak shorts, reels yang ada di Instagram. Terus habis itu ada audio. Audio itu kayak semacam podcast. Podcast-podcast di Youtube, terus ada live streaming, live streaming dia langsung nge-live langsung, terus ada juga carousel itu kayak slide, foto slide misalkan kayak foto pengalaman itu bentuk-bentuk kontennya kira-kira bentuk konten informasi kesehatan mental apa nih yang paling sering dilihat dari apa yang sudah dijelaskan? K: Mungkin konten gitu ya, mungkin poster tapi juga ini kita nggak terlalu mengikuti ya

Z: Ohh nggak terlalu mengikuti ya, berarti kalau misalnya dari aku jelasin kira-kira yang paling tertarik atau paling dibutuhkan itu yang paling sesuai apa? videokah atau tulisan kah?

K: mungkin yang lebih mengenai video yaa

Z: Ohh video ya

K: Video karena itu akan dia akan mengenai gitu karena kita nonton yaa

Z: ibaratnya di video itu kan ada orang yang ngomong juga, ada buktinya

K: kalau poster itu kan sekedar tulisan dan gambar jadi kita sepintas itu aja sih.

Z: Kalau gitu apakah konten kesehatan mental itu membantu informan, lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?

K: Iyaa, banyak, banyak ngebantu karena permasalahan itu banyak remaja yang kadang-kadang ya karena zamannya ya, zamannya kan udah udah modern banget gitu jadi anak-anak remaja itu yang banyak yang kayak rokok aja sekarang ya yang rokok bahannya rokok bagaimana gitu kan rokok gak cuman dihisap

Z: Sekarang ada yang pakai vape gitu kan

K: Nah itu kan itu kan Sebenarnya banyak bahaya gitu kan. Itu aja sih. Ya kayak anak-anak saya gitulah. Kan dia juga ngerokok juga gitu kan. Kan kita yang jelasin, ini loh kalau kamu ngefet bahayanya begini-begini. Kalau ngerokok begini-begini

Z: Berarti kira-kira informasi soal kesehatan mental nih di internet itu lebih banyak manfaatnya atau bahayanya?

K: Banyak manfaatnya, tapi juga kita jangan terlalu kemakan sama informasi yang ada-ada, kebanyakan informasi sekarang. Jadi kita bingung memilah gitu kan, memilah yang mana sih yang sebenarnya yang ini gitu, jadi kebanyakan. Kebanyakan informasi yang kadang-kadang apa ya, terlalu dilebih-lebihkan. Iya ini sih baik misalkan informasi itu malah dampak itu jadi kesehatan mental kita... kalau orang-orang itu kan enggak semua sama ya, kadang-kadang mungkin daya pikirannya tuh sempit gitu kan... itu yang bikin stress kalau orang yang berwawasan luas atau ini ya mungkin dia akan cari jalan keluar dengan informasi jelas gitu kan... tapi kalau orang yang terlalu serius berpikiran sempit jadi stress sendiri kalau asal melambung aja kayak gitu ya enggak? jangan ambil mentah-mentah juga informasi tapi cari jelas keluarnya juga jangan kita kemakan sama informasi yang belum tentu kebenaran belum tentu benar.

Z: Oke oke oke, berarti tadi kira-kira jenis konten informasi apa nih yang ideal jenisnya? edukasi kah? Hiburan? atau mungkin yang ideal buat anak remajanya nih?

K: Kalau anak-anak remaja itu kan jangan yang terlalu formal banget juga jangan karena monoton juga, bosan gitu ya... pokoknya ada hiburan tapi ada informasi yang masuk gitu aja sih, informasi itu dikemasnya tuh lebih friendly kalau anak remaja sekarang tuh kita gak boleh yang ini banget formal-formal banget lah, tapi disitu mereka dapet informasinya gitu sih... sekarang kayak kuliah aja lah gitu kan kuliah kalau mau nonton ngantuk kita bosan, soalnya kalau ada ini lah ada selingannya yang bikin ini gitu kan itu sebenarnya lebih cepet masuk, lebih cepet diresap anak-anak sebenarnya. Jangan-jangan terlalu mesal-mesal nggak boleh ngerokok Nah itu kan monoton banget ya makasnya bakunya tetap dilakuin yaa, itu kan gitu kan belum tentu yang nulis itu enggak ngerokok gitu kan pasti jawabannya gitu.

Z: Dibungkus juga kan udah ada pemberitahunya padahal ya

K: Tapi udah baca gitu kan pasti gitu juga paling misalkan ada ini ya ada hiburannya lah kena juga ada informasi yang mereka dapat gitu aja

Z: Aku setuju setuju, related di aku soalnya

K: Tapi kalo dikemasnya ya sekarang kalo kita berdebat sama anak ya, misalnya kamu ga boleh nih pulang malam, anak itu pasti akan bangkang paling bisa jelasin nih, mah aku kan udah keluar nih dari jam segini terus perjalanan jauh nih, kalo normal sejam Tapi kalau macet bisa 2 jam. Nah itu yang perlu kita mengerti. Jadi jangan terlalu banyak omong, oh jam segini harus pulang. Gak boleh juga. Itu anak-anak akan berontak kalau kayak gitu. Yang penting, oh jam sini kok belum pulang? Dimana? Mereka ngabarin, oh aku posisi disini, mama masih macet. Ya udah, hati-hati aja. Pasti orang tua pasti kayak gitu.

Z: Berarti juga kan kita pengen anak tuh keselamatannya juga no satu kan.

K: Iya contohnya kakaknya tuh semalam jam 12 belum pulang jam 10 ngabarin akinya selak nih mah harus diganti, kemarin sih dia harus nyari bengkel nyari aki juga ngegampang daerah situ kan masih buka apa enggak gitu kan, terus aku mau pulang hujan nunggu yaudah nunggu reda pastinya kan, kita gitu kan yang penting kita tahu posisi anak kita dimana gitu Nggak bisa pulang, cuma nyetut. Kan nggak mungkin dibawa pulang. Itu nggak bisa kayak gitu. Kadang-kadang dia aja butuh pertolongan orang buat nyetutin, gitu kan. Itu yang harus kita mengerti sebagai orang tua. Jadi, komunikasilah yang sehat. Pasti akan sehat semuanya.

Z: Aku, terus mungkin yang aku dapat juga tuh, kita tuh harus bisa mengerti posisi.

K: Posisi anak pada saat itu? Dan saya tuh nggak pernah nelfon anak di saat mereka di perjalanan. Saya usahanya nggak pernah. Jadi jangan sampai misalkan, kita kan kadang-kadang lihat ya di jalan anak tuh ambil naik motor, megang telepon. Itu bahaya banget.

Z: Betul

K: Nah saya tuh nggak pernah mau nelfon anak tuh lagi dalam perjalanan. Misalnya, berangkat kerja nih. sejam pasti perjalanan lebih dari sejam saya nggak mau nelfon selama itu paling nanti dua jam tiga jam saya beli udah sampai "Kak" Oh udah bu berarti udah sampai saya nggak pernah mau kalau

menghindari nelson atau itu bapaknya gitu kan pulang kerja jadi kereta kan bahaya juga ya takut dijangkret orang, di bus atau dimana gitu karena banyak pengalaman yang Saya dapet, dia lagi nelson, tiba-tiba disaut orang. Saya tuh menghindarin telfon saat mereka dalam perjalanan. Itu juga kalau lagi ke dalam umum juga, HP gitu tuh kekep gitu di atas. Iya, karena sering kejadian gitu.

Z: Kalau gitu, bentuk kontennya nih apa? Bentuk konten informasi terkait kesehatan mental remaja apa yang paling ideal? Video kah? Podcast kah? Atau tulisan? atau live streaming bentuknya?

K: Sekarang karena anak saya yang kedua tuh suka ngikutin podcast Habib siapa tuh kemarin udah di Katedral Kredi di kafe di daerah Bintaro ya itu ngena juga ternyata saya beberapa kali ngikutin gitu kan nanti yang gak sering itu tiap hari Jumat ya Habib siapa gitu loh itu ternyata anak-anak pemaja itu mengena loh Sekarang tuh lagi gimana dibanding yang ini ya, kayak tau si gitu. Orang aku tuh dikirimin video “Nih Mah”. Ini nih ngikutin, dia ngikutin sampe pernah gini, ayo Haikal ikut. Tapi seminggu, dia perjalanan keliling Jawa. Nah terus ini dia kuliah, gak boleh lah sama saya. Aku ikut ya Bu, gak boleh karena kamu kuliah, kuliah nomor satu. Kalau kerja masih ada waktu longgar bisa makan. Karena waktu itu tuh tiap hari Jumat tidur. Dia akhirnya jadi ini kan ngikutin podcastnya. Dia jadi fotografer Habib itu. Ada di daerah Bintaro deh. Di Bintaro dia tuh di cafe. Dia tiap ini kan disitu tuh. Itu podcast itu. Ohh iya asik juga ya kalau gitu kan. Minimal dari situ obrolan-obrolan Kayaknya obrolannya ringan Tapi tuh mengena anak-anak loh Soalnya podcast kan durasinya juga panjang kan Panjang Terus gak ada Oh ini loh Gue Habib, gue Ustadz Situ anak muda Ternyata mereka tuh bebas Bertanya apa aja gitu loh Itu yang mereka Mungkin zaman sekarang mengena anak-anak ya Dibanding kayak ada kumpulan di Masjid, bagus juga sih di Masjid tapi anak-anakku lebih mengenai itu, podcast-podcast gitu.

Z: Berarti paling ideal itu podcast ya?

K: Iyaa

Z: Pokoknya juga setuju deh, kayaknya podcast deh. Kalau yang anak perempuan nih?

K: Kalau anak perempuan, dia... Karena perempuan ya, dia lebih sering ini aja. Ya pergaulannya standar lah gitu. Dia gak suka yang... Kayak yang Aji juga gak sini gitu kan di sekolah ya. Beda lah, beda anak laki. Laki kan... Kayaknya mau tau banget di dunia luar Pengetahuannya lebih tinggi ya Tapi emang saya bebasin Mereka tuh dari SMP Pokoknya suka jalan kemana, saya bebasin kamu tuh jangan kuper, jangan sampai anak laki orang Jakarta nanya jalan, lamu harus tau jalan makanya saya bebasin tuh dia Dari SMA tuh, Mereka udah jualan tuh COD-an dimana-mana Jalan Kalau dia dimana-mana, dia kemana-mana sekarang nggak bisa jalan.

Z: Pokoknya selagi itu positif lah, nggak apa-apa ya.

K: Nggak apa-apa. Explore terus. Lebih bebasin kalau nggak gitu-gitu ajaa dia tuh, buat membangun dia.

Z: Selanjutnya nih harapan informan nih buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di digital tuh saat ini gimana sih harapannya?

K: Harapannya ya Banyak remaja yang ini ya. Kadang salah langkah gitu kan. Yaa saya banyakin, kayak podcast kan sekarang lagi kena ya. Ngena ke remaja. Mungkin banyakin yang itu. Jadi buat pegangan dia sih. Buat rem dia sebenarnya. Sekarang kalau gak punya rem. Sudah bahaya juga. Bebas gitu kan. Ya pokoknya disana dunia luar kan. Banyak lah. Kadang. apa namanya kita baik gitu kan tapi teman kita enggak baik jadi kita syaratnya baik minimal mereka bisa membedakan teman kadang-kadang, teman ada yang baik minimal dia enggak terpengaruh buat membentengin mereka gitu kan itu sekarang mungkin lagi podcast yang kena kayak buat remaja sih itu dibanding kita ada apa namanya, kadang perkumpulan remaja di masjid-masjid itu kayaknya anak terlalu monoton itu malah gak ngena kayaknya.

Z: Berarti kita lanjutkan selanjutnya ya terkait digital parental mediationnya nih digital parental itu ibaratnya seorang ibu itu menjadi penengah menjadi mediasi tentang pola asuh ibu dengan anaknya setelah lihat informasi tersebut, tadi udah diceritain juga apakah informasi melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosialnya?

K: Iya, iya kadang anak-anak kan sekarang ya pake hp itu sampe malem tidur malem itu yang kadang kita bawel ya orang tua.... kalau dia nonton apa sih kita udah gak khawatir ya kita udah dari awal udah kita kasih tau, kamu nonton ini tuh bahayanya begini, i ngomong-ngomong ini tuh banyak begitu enggak bagus gitu kan cuman kita kadang-kadang susah ngeremnyaa, anak-anaknya udah terkamar ya satu-satu, nah kita udah tidur mereka masih melihat itu... kita yang susah mantau disitu masuk kamar satu-satu dia masih memegang HP sampai pagi sampai malam gitu kan anak remaja itu, sekarang gitu makanya banyak orang anak remaja pakai kacamata ini kebanyakan HP malam-malam gelap-gelap, bukan anak-anak kecil lagi yang tidur bareng-bareng kita yang kata-kata anaknya udah pada

masuk kamar satu-satu, udah kunci pintu, nah mungkin kita gedor-gedor kita udah ketiduran nah anak itu belum tidur itu yang kadang-kadang kita colongan disitu punya anak remaja sekarang.

Z: Bener-bener ada waktu-waktu tertentu lah ibaratnya gitu ya

K: Kayak itu ngomongan gitu malem kan, kalau siang sih mungkin masih kita pantau.

Z: Kalau gitu gimana nih informan mengamati penggunaan media, secara anak remajanya? cara mengamatinya itu gimana ya?

K: Gimana ya?? kita kalau anak udah Remaja kan susah ya, kadang-kadang mereka juga keluar gitu kan. Ya kita kalian, sekarang kita mau ngecek HP. HP itu udah pake kunci?

Z: Iya bener

K: Mbaa Zahra pake kunci gak? Orang tua gak bisa ngecek kan? Harus pake tangan Mba Zahra baru bisa dibuka kan?

Z: Sekarang aku pake muka aku malah

K: Nah iya... kalau mau sama-sama kan gak bisa. Gimana kita mau ngecek ya? Kita pesanin. itu kasih kepercayaan sih yang penting kasihlah kepercayaan anak-anak biar mereka bisa ini juga sih ya kalau kita kasih kepercayaan kan mereka malahan lebih tenang lebih bagus lah daripada kita ngomongin bawel kita jadi musuh sama anak-anak kayak udah setempekan juga ini bawel banget sih tadi aku tidur disini, soalnya gini kita kan nggak tahu mereka tuh lagi megang HP apa ngerjain tugas apa-apa? kita nggak tahu ya terutama yang kuliah kan orang aku tuh lagi ini lagi ngerjain tugas mah katanya ngapain gitu ya udah gitu kan kita kasih kepercayaan aja lah pengertian lah gitu udah sih.

Z: Iyaa sih bener, Kalau gitu informan pernah gak berdiskusi dengan anak nih terkait kesehatan mental remaja?

K: Sering ya. Sering sih. Buat masukan mereka juga kan mereka juga kan meranjak dewasa, harus mengerti lah. Makanya kita mencoba membangun lingkungan di rumah itu enak, biar tuh mereka tuh nyaman. Itu aja kadang kata salah gitu kan. Udah kayaknya kita udah bikin nyaman, tetep aja anak-anak tuh butuh keluar. Butuh kumpul sama temen-temen, iya gak sih?

Z: Iya, iya sih.

K: Kita harus tarik ulur lah punya anak remaja. Karena kalau kita mendikte, terlalu mengatur, juga salah. Mereka ntar jadi kuper. Ntar susah lho, ntar bergaul nyari kerjaan zaman sekarang, iya gak? Kita jangan kuper deh. Anak sekarang tuh jangan kuper, harus tahu. harus tahu tapi harus bisa membedakan baik yang enak, yang buruk yang mana.

Z: Itu informan sebelumnya juga bilang itu kayak teman aja gitu kayak teman

K: Iya kayak teman jadi nanya juga kita gak boleh kebanyakan nanya mulu gitu, kan kemarin udah ditanyain itu, jawabannya gitu Yang penting, ya itulah lingkungan nomor satu, lingkungan rumah lah. Itu yang harus.

Z: Kalau gitu, ada gak sih media atau aplikasi gitu yang menurut informan itu bermanfaat dan bisa mendukung peran ibu sebagai orang tua? Media atau aplikasi gitu buat mendukung? Ada gak?

K: Apa ya? Karena sekarang kan dari IG aja banyak info gitu kan. Dari... Mungkin Facebook juga ada gitu kan banyak banyak gitu loh maksudnya informasi-informasi kalau kita dapet dari situ.

Z: Ya pernah gak ada informasi nanti dikirim kayak gitu ke WhatsApp atau gimana?

K: Iya sering sih kayak gitu. Kadang dari Tiktok juga ada kalau yang bermanfaat ya kita ini Kadang-kadang kan kita bikin SW, yang bermanfaat kadang orang baca mungkin Maksudnya kan kita biar bermanfaat buat orang lain ngasih informasi.

Z: Kalau gitu Informan menetapkan aturan khusus gak terkait membatasi penggunaan atau konten yang boleh diakses anak-anak khusus buat anak-anak?

K: Iya buat anak-anak enggak enggak ya enggak enggak sih kita enggak membatasi soalnya dari awal kita kasih kepercayaan aja mereka karena kita live itu maksudnya non-stop ya udah kasih kepercayaan aja kalau gitu berarti Ini gak tau sih, ini asumsi aku.

Z: Berarti informan itu jarang yaa? memeriksa riwayat pencarian atau histori berusaha anak remaja di ponselnya?

K: Ya gimana sekarang mau memeriksa? Sekarang aja pake inian, kunci semua. Sekarang kuncinya pake inian, sidik jari. Kan beda-beda orang. Gak bisa lah kita... pake muka... kembali yang bertanya aja bisa gak gitu kan?

Z: Kalau gitu tantangan dan kendala ada gak sih tantangan kendala yang tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam lingkungan anak remajanya?

K: Kendalanya mereka itu sekarang itu udah remaja terus lingkungan lingkungannya itu luas, itu yang kita gak bisa ngikutin itu sebenarnya... orang tua kan kayaknya ngeliat anaknya secara langsung ya mereka tuh bergaul sama siapa sedang apa nah kita kan gak bisa sekarang dan kalau kita banyak

bertanya juga salah mereka protes kita mau ngecek hp udah dikunci... ya gitu intinya kepercayaan aja kita percaya kalau percaya ya mudah gitu buat komunikasi juga, mudah gitu kan gitu sih kita menghindarin slek juga sama anak-anak gitu aja.

Z: soalnya apa sih namanya emang kan tipe balik ikan tadi dijelaskan kayak tipe parenting orang tua kan beda-beda, dan emang ada tiga ada tiga dan itu ada yang membebaskan ada yang emang kayak strict kayak emang harus ada aturan khusus dan lain-lain ada yang kayak yaudah kayak dia di tengah-tengah kayak kadang ini kadang strict kadang juga bebas dan segala macam terserah kita sih nyoba fleksibel.

K: Yaa fleksibel ke anak-anak kayak misalkan umur segini gitu kan umur segini emang aku punya pacar oh normal saya nyoba kayak gitu karena kita juga pernah muda oh normal karena banyak nih anak-anak sekarang ya zaman sekarang dia senangnya bukan sama Lawan jenisnya. Sesama jenis. Itu yang lebih berbahaya lagi. Iya gak? Cuman kita kalau gitu. Arahin yang benar. Misalkan nih SMA. Emang aku punya pacar. Ohh gak apa-apa. Siapa? Bawa kesini dong. Gak kenal. Kita mencoba bersahabat sama pacarnya itu. Iya. Kita bersahabatnya apa? Karena kita anak laki ya. Tolong ya cek kalau dia belum ngerjain tugas, tanyain. Karena mereka tuh lebih nurutnya pacarnya dibanding sama ibunya. Itu yang kita pelajarin sebenarnya dari anak-anak kita. Coba deh, apa namanya, pokoknya rata-rata gitu. Makanya kadang kita juga ngobrol sama temen-temen ya kayak gitu. Coba deh, jangan dikte malahan. Sahabat aja bersahabat sama pacarnya mereka, justru mereka malah... mantap caranya daripada di mereka tuh ngumpet-ngumpet di belakang itu kita lebih sakit dibohongin sama anak betul bawa ke sini saya juga gitu sama.

Z: Kalau gitu, Pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan media terkait remaja? dari yang aku denger sih itu dengan lebih ke sahabat ya jadi teman dan kasih kepercayaan? kira-kira ada gak yang ditambahin lagi nih pendekatan apa yang paling efektif kira-kira?

K: Okee ya kalau kita sih itu aja sih kayaknya kita jadikan sahabat mungkin kalau sahabat kan kayak sahabat saya sama mamanya gara gitu kan kita kan lebih welcome kalau mau cerita tuh gak ada Batasan, beda sama kalau kita guru gitu kan mencoba menggurui anak mereka kan menutupin gitu kan ada sesuatu yang ditutupin dari mereka kalau sahabat itu kan beda.

Z: Kalau gitu nih pertanyaan terakhir Sekarang untuk ibu-ibu yang lain di luar sana yang memiliki anak remaja nih agar informasi di media sosial itu lebih bermanfaat buat orang tua maupun buat anaknya?

K: Sekarang ibu-ibu emang apa harus sehat dulu. Sehat dulu lingkungan rumah tangganya. Kalau lingkungan rumah tangganya sehat, dari lingkungan rumah sehat, anak itu pasti tumbuh akan jadi mental, misalnya dan kasih kepercayaan ke anak-anak kita jangan selalu mendikte karena kalau mendikte itu akan memojokkan anak sebenarnya kan dan kita jadi apa namanya jadikan mereka sahabat agar mereka tuh berterus terang kalau ada apa-apa, ada masalah hati-hati mencoba berterus terang jangan kita jangan jadi buruh gitu untuk anak-anak kita sendiri karena itu lebih membangun sih pendekatan juga enak juga kalau langsungnya kalau komunikasinya jadi ada apa ya, ada vibes kehangatan gitu anak kita pulang ke latinnya hei dari mana pulang ke latinnya? udah diem kan, udah maju soalnya udah sampai juga di jalan emang tadi kenapa kok pelangnya telat, betul kan kan beda bahasanya kan? oh tadi macet mah, oh tadi ada gini-gini mah, oh yaudah nah itu pertanyaan itu ya, jangan mendikte amat

Z: Oke, terima kasih atas jawabannya dan sharing-sharingnya bermanfaat ya.

K: Terima kasih banyak tapi kita juga sebagai orang tua gak gak sempurna loh banyak kekurangannya kita juga gak sempurna, kita ini aja mencoba yang terbaik lah buat anak-anak sama-sama apa ya sama-sama berkolis gitu loh, iya pokoknya harus banyak ini deh buat anak-anak aja harus semangat deh masa depannya masih panjang gitu kan cari pengalaman sebanyak-banyaknya jangan sampai menyesal deh karena kalau sudah menyesal gak bakalan bisa balik balik arah lagi gitu kan, kita kan harus kita harus mencetak bos ya harus positif terus deh cari teman yang baik cari sahabat yang baik kita jangan terpengaruh sama lingkungan yang tidak baik karena itu sangat membangun buat masa depan mereka.

Lampiran 6 Transkrip Wawancara Informan 3

Transkrip Wawancara Informan 3

Z: Zahra Aulia Rahma

R: Rahmi Mulyati

Isi

Z: Oke sebelumnya perkenalkan nama aku Zahra Aulia Rahma, aku mahasiswa ilmu komunikasi di Universitas Pembangunan Jaya. Jadi maksud dan tujuan aku disini, aku lagi meneliti skripsi yaitu judulnya persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial jadi diharapkan manfaat akademisnya terkait penggunaan literasi digital khususnya untuk ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja. oke kita langsung ke data informan ya kalau boleh disebutkan namanya siapa?

R: nama saya Rahmi Mulyati Usia 45 tahun.

Z: Oke, untuk pekerjaannya?

R: Oh, pekerjaan ibu rumah tangga.

Z: Untuk pendidikan akhirnya?

R: Pendidikan akhir S1.

Z: Untuk area tempat tinggalnya?

R: Area tempat tinggal, Griya sasmita, Kelurahan Serua, kecamatan Bojongsari, Depok, Jawa Barat.

Z: Oke, sekarang kita lanjut ke latar belakang informan anaknya ya. Jadi kalau boleh tahu jumlah anak yang dimilikinya berapa?

R: Tiga

Z: Nah, jadi dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10 sampai 18 tahun.

R: Iyaa

Z: Dari tiga anak itu yang memiliki anak remaja, usia berapa?

R: Tiga-tiganya

Z: Ohh tigaa-tigaanya ya?

R: 10-18 tahun kann?

Z: Iyaa, kalau boleh disebutkan usianya berapa?

R: yang pertama usia 18, yang kedua usia 15, yang terakhir usia 12

Z: Ohhh oke kalau boleh tahu jenis kelaminnya?

R: Yang pertama perempuan, yang kedua laki-laki yang ketiga laki-laki

Z: Oke kita langsung ke kebiasaan penggunaan media nih, Yang pertama itu platform media sosial apa nih yang dimiliki oleh informan?

R: Ohh ini ibunya? *Facebook, Instagram, Tiktok*.

Z: Ohh Tiktok juga ada?

R: Terus udah itu aja kayaknya deh.

Z: Sejak kapan tuh *Instagram, Facebook*, sama *Tiktok* kira-kira?

R: Itu dia ya kalau *Facebook* lama... sejak tinggal di sini udah ada kayaknya 2008... iyaa 2008 dulu sempet aktif di *Facebook* kan, buat tulisan-tulisan pas anak pertama terus sempet nggak aktif lagi, baru-baru ini aja kalau *Instagram*, *Instagram* enggak inget cuma kayaknya enggak dari 2008, kayaknya baru-baru sinilah 2020 an,

Z: Begitu pun sama *Tiktok* ya?

R: Iya, *Tiktok* baru-baru ini malah karena anak-anaknya kan main Tiktok, jadi ngeliat tiktok apa sih biar tau.

Z: Kalau gitu alasan utama itu? mengunain *Tiktok, Instagram, Facebook*?

R: Sebenarnya kalau mungkin kalau saya termasuk ibu yang belajar berdamai dengan teknologi, karena waktu itu kan pernah ikut seminar juga karena sebenarnya kita itu memang ada pasti ada dampak buruk dan baiknya. Tapi saya mencoba berdamai dengan teknologi... karena seiringnya zaman kan kita harus mengetahui minimal kita bisa mengambil baiknya gitu walaupun ada jeleknya juga gitu sebenarnya itu aja sih sebenarnya.

Z: Jadi ibaratnya beradaptasi lah ya

R: Iya beradaptasi dengan zaman

Z: Kalau gitu dalam seminggu nih, biasanya informan mengakses media sosial itu berapa sering dalam seminggu?

R: Jangan bilang seminggu, tiap hari kali ya? Hahaha

Z: Ohh tiap hari yaa, Kalau gitu dalam sehari dikira berapa jam itu?

R: Kalau jam nggak nentu juga ya kadang. Pokoknya pagi, siang, sore... eh sore jarang. Pagi, siang, malam pasti deh.

Z: Pagi, siang, malam ya? Itu kayak, kalau lagi udah megang sosial media itu, Fokus apa? Kayak sambil nyambi atau gimana?

R: Nyambi-nyambi aja. Nggak yang lama-lama kayak orang ya. Orangnya kadang 3 jam, 2 jam, 5 jam. Enggak. Kalau kita kan nyambi-nyambi. Sambil masak gitu ngelihat bentar taruh kayak gitu. Nggak pernah fokus gitu. Paling siang. Biasanya pas jam istirahat bisa sih. Sejam bisa gitu.

Z: Kalau gitu konten-konten umum seperti apa sih yang biasanya informan konsumsi di media sosial tersebut?

R: Kontennya emak-emak ya, kalau aku termasuk yang suka lihat itu konten biasanya edukasi, edukasi tentang parenting anak, investasi juga terus orang jualan pasti ya semua emaknya tergoda itu aja sih kayaknya gak yang macem-macem karena pusing...

Z: Melihat itu di media sosial apa?

R: Eh kalau sekarang justru kalau hiburan sih memang tiktok... ya kalau facebook cuma buat ini kan dulu pernah ikut FB pro kan jadi informasi-informasi aja gitu... Instagram sendiri Instagram cuma ngeliat scroll-scroll doang jarang begitu aktif. kayaknya sekarang lebih banyak tiktok deh kayaknya tiktok ya cepet yang informasinya cepet karena memang dia cepet.

Z: Iya iya terus juga tiktok bentuknya video gitu ya

R: Iya karena memang anak sekarang itu sukanya iya ya termasuk emak-emak makanya kan banyak yang suka audio visual kan gitu makanya aku bilang tadi beradaptasi dengan teknologi ketika menerapkan ternyata anak-anak sekarang tuh senang audio visual kalau dulu kan kita menyimpan kenangan tuh di dalam album foto, nah sekarang kalau saya lebih cenderung menyimpan kenangan itu di audio visual.... oh di Facebook di Instagram karena kalau udah hari tua tuh pengen dilihat ternyata memang ada pengaruhnya lebih simpel juga lagi ibaratnya video, tapi bagi orang sebagian orang negatif thinking pamer lah ini bagaimana kita aja sih penggunaanya ya gitu

Z: Oke kalau gitu kita masuk nih ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental... jadi aku jelasin dulu nih definisi kesehatan mental ini, aku searching dari Google jadi kesehatan mental itu tuh mencakup kesejahteraan emosional psikologis dan sosial seseorang itu mempengaruhi cara kita berpikir merasakan dan bertindak dalam menghadapi hidup jadi pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan seperti depresi, stres atau segalanya tapi juga kemampuan individu itu mengelola kehidupan sehari-hari dalam bekerja secara produktif atau berkontribusi dalam kehidupan sosial di masyarakat. Jadi kalau boleh tahu nih kira-kira apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental sendiri menurut informan?

R: Kesehatan mental terhadap penggunaan gadget ini berarti maksudnya. Kesehatan mental penggunaan gadget itu kalau bagi anak, apa bagi saya ya?

Z: Mungkin boleh bagi ibu dulu ya.

R: Kalau bagi ibu-ibu itu memang mengganggu sih sebenarnya, kalau terlalu terlalu apa kalau konsentral diseriuisi dengan itu... karena kalau saya sendiri kalau terlalu lama tuh pusing malah, jadi seandainya aja jangan dibuat jangan dibuat apa jangan dibuat serius gitu kan. maka tadi bilang memilah-milah aja sebenarnya apa yang mau dicari itu dipilah-milah aja itu... kalau buat anak-anak memang perlu dibatasi kalau nggak dibatasi itu kalau kepada anakku sendiri ya kalau sudah terlalu lama nanti itu dia kayak marah-marah, ada itu ada benang merahnya misalnya kita panggil jadi marah-marah... kita suruh berhenti, marah-marah itu ada itu kejadian itu, jadi makanya harus di apa emang harus diatur penggunaanya dibatasi ada itu.

Z: Oke oke kalau gitu informan pernah gak melihat atau mencari konten kesehatan mental?

R: Iya, aku termasuk intens mencari seperti itu, Karena banyak kan sekarang-sekarang kita harus tahu Karena kesehatan mental itu kan sama aja kayak penyakit Apalagi sekarang lagi *brain root*, atau orang *brain root* Jangan dicuekin, sebenarnya iya emang ada itu *brain root*, Mungkin perlu tahu itu *brain root*, tahu nggak?

Z: Aku baru tahu

R: Baru tahu? Iya kesehatan mental itu karena terlalu sering Scroll itu namanya *brain root*, Coba cari deh tulisannya *brain root*.

Z: Brain to otak ya?

R: Iya kerusakan otak diakibatkan terlalu banyak Scroll konten-konten yang... ehh bukan bukan terlalu banyak scroll bukan, jadi kek sekarang tiktok itu kan audio visual nah pasti kalau mba zahra, paling kalau Scroll sebentar sebentar sebentar. Nah itu *brain* jadi otak itu tidak bisa fokus akhirnya, dia cuma menerima sepenggal-sepenggal nah itu yang kadang yang menjadi *Brain Root* itu akhirnya menjadi masalah ketika dia sudah dewasa dia tidak bisa memetakan masalah karena tadi itu gen alpha gen z karena terlalu sering konsumsi konten yang sependek-sependek itu, di scroll-scroll-scroll itu dia nggak tahu masalah sebabnya apa, mengambil hikmah konten itu apa... *Brain Root* itu sudah sering dibahas di psikologi, namanya *Brain Root* itu bagus itu kalau dimasukin berarti kan kamu masalahnya kan kesehatan mental, kesehatan mental itu apa saja salah satunya dalam kesehatan mental media sosial itu akan terjadinya *brain root* yang saat ini.

Z: Bagus bagus, kalau gitu kalau boleh tahu kalau mencari konten kesehatan mental itu di platform media sosial apa seringnya?

R: Itu tiktok banyak sih, tiktok paling aku kalau aku mah *Tiktok*, *Instagram*, *google* gitu aja kalau *Facebook* mah enggak ya, karena dia kan komunitas ya kalau *Facebook* tuh

Z: Yang lebih banyak tulisan ya?

R: Gambar juga bisa tapi aku juga jarang pakai *Facebook*, kalau anak-anak sekarang mana ngerti *Facebook* ya. *Facebook* tuh cuma komunitas aja sih

Z: Ohh gitu apakah informan percaya nih dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial? soalnya dari yang aku baca itu emang kadang ada beberapa ini dari data juga beberapa anak gen Z itu sering kena self-diagnosa jadi kayak dia merasa dirinya kena sakit mental, tapi padahal belum tentu kebenarannya. Makanya ada istilah self-diagnosa padahal belum tentu kayak gitu, itu gara-gara biasanya dari tadi dari apa namanya?

R: Informasi ya

Z: Iya kadang merasa kayaknya saya bipolar deh, kayaknya saya kecemasan, jadi kayak gitu-gitu. Terus misalkan juga kalau kita ngeliat... Misalkan ngeliat story orang itu kadang agak FOMO gitu, kayak pengen ikut-ikutan. Jadi kayak harus ikut ini, harus ikut ini, kayak gitu.

R: Itu pasti kena. Enggak hanya pada anak kalau aku bilang. Pada ibu-ibu juga. Itu gitu. Jadi kalau misalkan kita kan belum merasa menjadi ibu yang baik, ya kan? Terus ada seliwuran. oh kayaknya aku jadi ibu yang kayak gitu ya itu pasti itu. makanya kembali lagi mengambil menganalisa diri sendiri itu emang nggak bisa ya. Nah tapi lebih bisa dilihat kalau aku lihat tuh hubungan sosialnya nanti, Bagaimana kita merasa sebagai orang yang... Sekarang orang banyak kena anxiety, kecemasan berlebihan... Atau mungkin, bipolar seperti yang Mba Zahra bilang. Bisa jadi, tapi kan untuk diri sendiri. Tapi itu bagaimana timbal baliknya, menghadapinya itu... Misalnya saya sebagai ibu menghadapinya itu ketika kita bersosialisasi. Kalau kita sendiri, otak akan berpikir seperti itu terus. Nah, bersosialisasinya itu ya begitu. Mungkin kalau di ibu-ibu ya kepengajian itu perlu. Berseimbang antara bersosial, bermedia sosial, mencari ilmu, beragama, mengaji. Itu perlu. Begitu juga dengan anak. Anak itu pasti akan begitu. Kayak yang kecil itu, ngomong. Oh, udah ngomong macam-macam-macamnya aku nih gini nih... kalau karena gendut itu nggak harus bukan hanya lemak lu ada, ini ada otot, ada ini ini itu kan yang merasa gitu. Tapi bagaimana kita mengarahkan dia kamu memang nggak kamu ke dalam kategori ya sudah obesitas misalnya, masalah gemuk ya kamu udah obesitas ya harus mau itu lemak mau itu otot tetap kamu tuh namanya obesitas seperti itu kelebihan berat badan misalnya kita membahas itu kan tetap antisipasinya bergerak Tidak hanya bermedia sosial, dia berdiam diri. Karena mentalnya mengganggu.

Z: Iya sih. Benar, apalagi kalau yang introvert tuh.

R: Iya. Dia makin scroll makin pusing.

Z: Iya, benar banget. Makin gak keluar.

R: Iya.

Z: Pengalaman lingkungan juga penting sih ya

R: Iya.

Z: Kalau gitu kita masuk ke jenis konten nih. Jadi aku jelasin dulu jenis konten itu ada apa aja. Jadi jenis konten itu berkaitan dengan isi atau topik kontennya. Itu bisa ada edukasi, hiburan. informasi

atau berita testimoni promosi atau iklan tutorial maupun opini. Kalau gitu pertanyaannya jenis konten kesehatan mental seperti apa nih yang kira-kira dibutuhkan?

R: Mungkin lebih kepada praktisi kesehatan kali ya dokter-dokter gitu ya lebih pada membahas seperti itu, karena anak sekarang tuh enggak enggak bisa hanya cerita gitu, kadang logika gitu lebih kepada praktisi kesehatan gitu sebenarnya banyak juga kan *influencer* juga cerita ini cerita itu, tapi kadang bener juga gitu mereka kan juga masih baca, tapi kadang kalau aku lebih percaya kepada yang yang ngomong praktisi kesehatan psikolog kayak gitu gitu lebih terpercaya lah...

Z: Ibaratnya informasinya lebih percaya gitu backgroundnya yang membawa informasinya kayak gitu. oke oke kalau itu lebih berarti bentuk video ya

R: Iya kalau sekarang aku lebih termasuk dulu zaman dulu SMA kuliah termasuk orang yang suka baca novel, agak takut sungguhnya udah, tapi setelah beradaptasi dengan teknologi tadi dan mungkin menjadi ibu-ibu mungkin yang gak ada kesempatan membaca, memang lebih senang audio visual membaca itu udah gak menarik, udah suka lebih mendengarkan gitu ya iya

Z: Kalau gitu nih jenis konten informasi kata mental apa yang tersedia dan lebih mudah dibaca?

R: Maksudnya gimana nih?

Z: Yang jenis konten jenis kontennya yang kira-kira mudah dibaca kayak lebih gampang diserap gitu apakah edukasi hiburan testimoni opini?

R: ku senang edukasi memang, misalnya kayak tadi tuh *brain root* tuh apa gitu seperti apa misalnya seperti itu, terus ibu-ibu mungkin yang mengalami ibu-ibu rumah tangga yang silent depresi itu seperti apa, yang tanpa disadari berarti ada cerita juga ya pengalaman gitu, karena kan kayak aku nih, ibu rumah tangga kan orang melihatnya tidak bekerja, tidak berpenghasilan tapi kan itu rentan banget dengan kesehatan mentalnya, dan banyak ibu rumah tangga itu yang tidak menyadari kalau bahwa dia bermasalah dengan kesehatan mental itu tadi.

Z: Kalau gitu, apakah informan pernah meragukan atau merasa bingung dengan informasi tersebut?

R: Oh iya, kalau kita nggak mencari tahu bingung.

Z: Iya, kayak nggak di cross-check lagi gitu ibaratnya.

R: Tapi kadang males.

Z: Oh males ya?

R: Iya, jadi diambil baiknya aja. Yang kira-kira yang... sinkroni sama dengan kehidupan kita diambil baiknya, yang tidak ya sudahlah gitu. Kayak tadi yang memilah konten intinya, memilah pikiran kita juga daripada pusing dipikirin kan kita yang menggunakan juga yang mengontrol.

Z: alau gitu bagaimana nih informan mulai menyadari bahwa ternyata informasi kesehatan mental itu penting?

R: menurutku penting sedari kecil, sebenarnya memang kalau praktisi kesehatan mengatakan anak umur sampai lima tahun tidak boleh memegang gadget. Ya walaupun memegang gadget cuma satu jam dalam sehari... tapi prakteknya ketika kita mempraktekkan anak tidak boleh pegang HP harusnya orang tua juga gitu, harusnya orang tua sama sinkron, anak gak boleh pegang hp berarti orang tua juga gak boleh pegang hp. Jangan anaknya aja yang gak boleh pegang hp gitu kan, karena sama-sama untuk bertumbuh menjaga kesehatan mental itu tadi. Tapi dengan banyaknya problem aku yakin deh jarang-jarang orang rumah yang bisa menerapkan anaknya itu tidak pegang hp... nah pada akhirnya tinggal apa ya kebijaksanaan masing-masing ya... pagi berapa jam, malam berapa jam dan itu harus bekerja sama gak bisa ini...

Z: Soalnya juga apa-apa kan sekarang kayak serba handphone ya, maksudnya kayak kayak kadang tugas dari sekolah aja tuh handphone, mau gak mau ya, harus beradaptasi sebenarnya tinggal bagaimana...

R: Nah tapi sebenarnya gini sih dari dulu juga kan gitu ya sesuatu sesuatu yang muncul di... masyarakat itu pasti kan ada efek baik ada efek buruk pasti kan HP pasti ada kesehatan mental yang kena tapi kan ada baiknya juga kan... ada juga orang berhasil dapet HP gitu kan kayak orang content creator kan menghasilkan uang seperti itu... tinggal bagaimana kitanya kita mau di lingkungan yang hanya penikmat, atau kayak generasi sekarang berkreatif lah terhadap media sosial atau tidak kayak aku nih pengen nih kayak ngeliat orang ini udah mencoba di facebook pro segala macem ternyata keterbatasan otak nggak seperti gen alfa sekarang gen alfa sekarang kan udah ngedit udah gampang banget.... itu lebih paham fitur-fiturnya gitu ya, kalo aku nunak nuno tau nunak nuno? mikirnya lama ini, nah itu karena udah tergantung gen juga kalo aku bilang.

Z: Kalau gitu, apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang khusus diperuntukkan untuk remaja?

R: Enggak tahu, enggak ada. Maksudnya enggak pernah mencari sih. Karena enggak masuk grupnya ya kali ya. Ada ya?

Z: Emang ada sih, soalnya aku juga pernah lihat ini di WhatsApp. Kek saluran khusus di WhatsApp

R: Ada komunitas gitu ya?

Z: Kadang tuh ada emang kayak khusus buat kesehatan-kesehatan remaja. Terus di Instagram juga ada namanya tuh @studiodjiwa. Tapi dia kalau @studiodjiwa itu lebih kayak... Ketika sesuatu hal yang kita pendam gak bisa kita ekspresikan, kita ekspresikannya melalui gambar. Jadi kita ekspresikan melalui gambar, jadi kayak divisualisikannya melalui gambar.

R: Terus nanti dinilai gitu?

Z: Di-upload di Instagram, terus juga di-sharing, ibaratnya sharing lah gitu. Terus ada juga @menjadimanusia.id itu, dia setiap minggunya itu ya kayak buat workshop bareng. buat seminar dan sebagainya kayak gitu sih khusus-khusus remaja, terus ada juga studio jiwa yang kalau yang gambar tadi terus ada juga @behome.id cuman kalau @behome.id itu gak khusus remaja dia lebih kayak ini anak-anak yang broken home kan itu kan kena mentalnya kan, jadi dia setiap minggu tuh kayak ada perkumpulan biar mengenal satu sama lain ibaratnya kayak gitu.

R: Belum pernah sih, mengakses belum pernah mengakses karena mungkin lebih mungkin karena emak-emak ya mikirnya parenting-parenting aja gitu ya.

Z: Ohh paham

R: Tapi ya bener juga sih itu perlu juga kan, anak-anak paham itu yaa aku juga iseng juga sih kayak pengen cari tau lah ibaratnya ternyata aku juga bertemu ada ya kayak gitu... kayak kemarin justru tau ada di Jakarta kan baru yang ruangan apa itu disediakan pakai botol terus jadi kalau orang lagi emosi lagi depresi bisa nyewa itu ruangan dikasih peralatan lengkap kita boleh ngamuk-ngamuk disitu, mecahin botol, inget gak?

Z: Tau aku itu apa ya namanya? lupa ya, itu biasanya project-project tuh...

R: Iyaa project-project itu

Z: Emang sekarang juga aku ngerasa itu pelampiasan kan, di kampus aku itu kan kayak ada project DKV DKV itu biasanya buat kayak gitu... kayak buat yang visualisasi kayak gitu. Terus yang Ilkom biasanya lebih kayak seminarnya jadi ketika aku datengin antara DKV sama seminar, eh antara DKV sama Ilkom kayak gitu ya ternyata DKV emang lebih sering kayak gitu masuk museum kan bikin museumnya desainnya visualisasi... jadi ada pelampiasan dan sebagainya emang pada ngangkat itu kesehatan mental, terus kemarin yang banyak itu ya kemarin juga Ilkom ade tingkat aku juga pada bikin kan acara tentang kesehatan mental lagi banyak sih kesehatan mental pada sering dibahas. Kalau gitu selanjutnya kita terkait pengalaman isu kesehatan mental yang utama, pernahkah informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?

R: Enggak kita kan gini ya, taunya kita kan parenting POC ya, apa kata orang tua harus nurut, rutin kan lebih kepada enggak kalau dari kecil ya...

Z: Kalau gitu jenis konten kesehatan mental remaja apa yang informan Paling ngertinya?

R: Yaa cuma mencari aja ya, mencari ADHD misalnya, kayak gitu. Karena kan anak yang terakhir ini kan, kalau nyari ADHD, cenderung tuh autis itu apa, ADHD itu apa. lebih kepada mengklik ya mencari ya praktisi dokter doang gitu

Z: Berarti kalau misalkan sampai follow atau ini enggak ya??

R: Enggak juga... ya cuma lebih kayak mencari informasi pribadi ya biasanya ya dokter gitu, kalau komunitas belum sih

Z: Ohh belum

R: Yaa belum belum nemu kali

Z: Ohh belum nemu?

R: Iya iya

Z: Kalau gitu kita masuk ke bentuk konten nih jadi di bentuk konten itu ada yang namanya bentuk penyajiannya itu bisa ada teks, teks itu ada artikel caption atau threads, terus ada gambar, gambar itu bisa berbentuk poster atau infografis, ada video, video kayak yang short, real vlog kalau di youtube... terus ada audio, audio podcast terus ada live streaming live streaming itu biasanya di youtube atau di tiktok, terus juga kalau selalu itu kayak slide, video slide itu biasanya di Instagram,

di Twitter juga bisa di TikTok juga bisa nah pertanyaannya itu bentuk konten informasi kesehatan mental apa yang paling sering ditonton atau dilihat?

R: Podcast karena lebih menarik itu durasinya kan panjang kalau podcast, aku cenderung sering nonton malah ya, terkait isu-isu baru aja misalnya kalau isu sekitar kesehatan mental enggak secara spesifik ya... cenderung tapi lebih kepada misalnya nih ada kasus, misalnya anak ini dari kecil terdidik dengan kayak kemarin tuh yang di Jakarta dia kan sekolah rapi anak yang terdidik, sekolah tidak pernah bermasalah tiba-tiba kan bunuh orang tuanya nah itu kan nah, padahal kan orang tuanya juga orang tua yang dosen, itu lebih cenderung aku mencari hal itu membaca kenapa ya, penyebabnya apa ya kok bisa gitu loh kadang ada hubungannya juga padahal itu juga beragama kok kayaknya, nah itu aku bilang silent itu yang kadang kita di kota itu enggak tahu karena pengaruh medsos kalau menurutku mah, bisa sampai berpikiran membunuh orang tua kan itu kan yang meninggal neneknya meninggal ibunya yang selamat kalau enggak salah lebih pada gitu podcastnya kasus gitu ya.

Z: Berarti ada contoh kasusnya gitu ya... soalnya aku baca juga ini lebih ke bunuh diri sih jadi aku baca tuh ada 53% remaja itu ada pemikiran ide doang, ide baru ide loh belum melakukan tapi ide, baru ide kayak pengen self-harm gitu

R: Ohh melukai

Z: Eumm disitu ada 53% anak remaja tuh kayak gitu baru ide doang belum melakukan. Kalau gitu apakah konteks kesehatan mental remaja itu membantu informan lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?

R: Iya lebih memahami... salah satunya mungkin gini ya lebih memahami tuh gini, kita sebagai ibu akhirnya kan harus menyadari bahwa untuk zaman yang berdamai dengan teknologi ini, bahwa peran orang tua itu tidak sebegitu 100% kadang diturutin anak nah.... jadi kita juga harus mengikuti mungkin anak-anak itu cara berkomunikasi kali ya... kan ada anak-anak yang nyaman berkomunikasi, ada yang enggak mungkin orang tuanya terlalu galak kayak umi lah uminya cerewet gitu kan... anak-anak belum tentu nyaman bercerita, tapi kan saya sebagai ibu juga mencoba dengan teknologi yang sekarang itu mencoba juga memperbaiki komunikasi pada anak-anak remaja... seharusnya bagaimana supaya anak-anak itu selalu bercerita apa saja yang terjadi di diri mereka, di lingkungan mereka... walaupun mungkin nggak 100% kali ya, kan pasti ada anak ada yang, ah males cerita sama umi ntar dimarahin gitu kan itu sih cenderungnya

Z: Kalau gitu, informasi soal kesehatan mental nih, boleh ceritain gak sih, kayak lebih banyak manfaatnya sama bahayanya buat remaja?

R: Iyaa berbahaya, kalau dibilang eh, maksudnya gimana?

Z: Jadi kayaknya informasi soal kesehatan mental ini lebih banyak manfaatnya atau bahayanya?

R: Banyak manfaatnya karena mengikuti itu tadi, karena medsos itu sekarang kan informasi baik buruk maupun jelek itu kan tidak terbatas, tidak ada filternya kalau dulu kan hanya terbatas dari buku kalau sekarang kan apa yang baik, apa yang buruk kan tersaji tersaji tinggal bagaimana kita menyikapi dan anak itu kan terbawa-bawa gampang banget sekarang siapapun juga bisa mengakses jadi content creator.

Z: Kalau gitu jenis konten informasi yang ideal menurut informasi itu seperti apa? jenisnya apakah edukasi hiburan opini....

R: Tergantung kepada generasinya, tapi kalau kulihat sekarang-sekarang itu memang anak harus audiovisual minimal podcast, kadang kalau praktisi kesehatan juga kalau emak-emak nih agak tua suka, tapi kalau anak-anak sekarang kayaknya nggak begitu deh dilihatnya ya sekilas-sekilas doang itu.

Z: Kalau dari aku pribadi sih kalau podcast tuh biasanya kalau dari tiktok tuh cuma cuplikan-cuplikan misalnya 15 detik nih, tapi di ending itu dibikin penasaran jadi baru deh kita ke youtube

R: Iya gitu buat nonton panjangnya, iya sih bener

Z: Jadi biar penasaran dulu kan iya jadi kayak di tiktok dibuat penasaran kayak ini lanjutannya apa gitu baru beralih lah ke youtube nonton kan tiktok yang full kayak ada tuh salah satu tiktok namanya sundarinda emang dia terkait dengan kesehatan mental itu dia kayak Cerita lah anak laki-laki tuh kalo dewasa cerita masalah mental dan sebagainya tuh kaya podcast. Berapa jam ya? 5 jam apa 3 jam gitu? Kayak kayak live streaming podcast gitu.

R: Kalau terlalu panjang juga bosan kadang.

Z: Kalau gitu bentuk konten informasi kesehatan mental remaja apa yang ideal?

R: Bentuk kontennya. Itu tadi itu podcast kalau gue bilang.

Z: Oh podcast ya.

R: Karena kan dia tanya jawab podcast ya, jadi tidak satu arah doang misalnya praktisi ngomongin ini, ini, ini jadi berbagai macam sudut pandang gitu ya misalkan kayak ada dari sisi remajanya

Z: Kalau gitu harapan informan buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital saat ini?

R: Harapannya semoga anak-anak itu bisa menyerap informasi itu tidak hanya sekedar awal ya, tapi harus memahami. Nah, memahaminya itu tanggung jawabnya siapa ya, termasuk orang tua, termasuk praktisi kesehatan, termasuk orang-orang yang mempunyai ilmu di bidang tersebut. Sebenarnya psikologi, itu harus benar-benar memberi edukasi secara jelas gitu loh tapi tidak memberi edukasi saja tapi memberi solusi, jadi enggak hanya eh lu anak ADHD lu lu *brain root* lu gitu enggak gitu jadi solusinya penjagaannya lebih kepada seperti itu.

Z: Kalau gitu ini kita masuk ke digital parental mediation, jadi digital parental mediation, orang tua atau ibu tuh sebagai penengah lah antara anak remaja dan penggunaan media sosialnya. Jadi setelah mengetahui nih informasi-informasi terkait kesehatan mental, apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosial?

R: Pemantauan tapi tidak 100%, karena gak bisa juga pemantauan tapi tidak 100% berarti ibaratnya tuh mantauannya itu cuman sekejap dari jam berarti tidak bisa menolong. Kalau sekarang begini sih ya, kalau tante Ami itu lebih kepada ibu itu akhirnya saya tidak bisa terlalu berpikiran takut. Karena itu tadi, malah ibunya nanti yang stres. Segala ditakutin, anaknya takut nonton porno, anaknya takut nonton ini, nonton itu, nonton kekerasan, nonton apa. Nggak bisa. Kalau kita terlalu takut, akhirnya kita sendiri yang kena. jadi ya udah emang zamannya begini tinggal bagaimana sikapnya di dalam keserian.

Z: Kalau gitu bagaimana informan mengamati pengguna media seorang anak remajanya soalnya yang aku baca tuh dalam mengamati baik dari anak laki-laki sama perempuan tuh beda biasanya kalau laki-laki tuh lebih ke game kalau perempuan tuh biasanya lebih kayak yang aku baca sih ya terkait dengan standar-standar standar-standar orang lah kayak secara kecantikan dan sebagainya. Kira-kira bagaimana informal mengamati pengguna media sosial anak remajanya?

R: Anakku? kalo yang cowok game yang cewek drakor, kecantikan lah kalo itu anak-anak remaja itu passion gitu kan passion drakor gitu kalo yang nomor 2 itu emang ke game online gitu tapi kalau ketika anakku nomor 2 game online waktu SD itu dia udah bisa menghasilkan walaupun itu hanya sebatas game online tapi menurutku ada hasilnya why not?

Z: Ohh iya nggak masalah, banyak sih sekarang kan ada yang dari kayak game-game gitu

R: Tapi itu orang-orang tertentu anaknya nggak bisa juga kalau nomor 2 itu bisa belajar sendiri apa namanya otodidak menghasilkan, yang nomor tiga main game tapi gak bisa menghasilkan, jadi beda-beda anak memang.

Z: Kalau gitu apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja?

R: Pernah, pernah contohnya bukan berdiskusi lagi ya tapi menginformasikan bahwa kalau bermain HP terlalu lama itu pasti dari psikologi yang kecil itu marah itu, sudah mengganggu. Kalau ngomong edukasi tentang brain root, kayak gitu, terus mata, gitu.

Z: Iya bener sih, mata. Informan sebelumnya juga bilang kayak nih kalau misalkan main game kelamaan nih matanya bisa merah, di-sharing lah sama dia informasi-informasinya.

R: Iya, seperti itu

Z: Kalau gitu, apakah ada media atau aplikasi nih yang menurut informan bermanfaat dalam mendukung peran ibu sebagai orang tua?

R: Informasi?

Z: eh maksudnya media? media atau aplikasi yang berguna yang bermanfaat untuk mendukung peran ibu?

R: Belum belum kepikiran malah ya

Z: Ohh belum kepikiran ya medianya apa ya paling nyari informasi, soalnya emang ada beberapa kayak semacam link gitu jadi ketika anak ketika anak mengakses media sosial tuh biasanya ibu atau orang tua tuh bisa tahu ada namanya link apa gitu family apa gitu

R: Nahh itu karena namanya nih gak ngerti, nggak begitu paham, jadi nggak tahu.

Z: Kalau gitu, bagaimana informan menetapkan aturan khusus nih terkait membatasi penggunaan dan konten yang boleh diajari akses?

R: Kalau konten, akhirnya kayak tiktok itu kan memfilter ya, apa yang disaring cari anak itu yang akan muncul kan.

Z: Iya, algoritma-nya muncul.

R: Iya, muncul kan. kalau dia sering main game ya itu aja yang muncul gitu kalau ada meleset-meleset ke misalnya seksi atau porno atau ini paling sekilas aja gitu kan, tapi tidak membatasi sebenarnya sih ya anak-anak pada akhirnya akan ngerti kok mana yang bisa diakses atau yang tidak baik diakses gitu.

Z: Kalau begitu seberapa sering di informan memeriksa riwayat pencarian atau history browser anak remaja di ponselnya?

R: Sesekali aja pertama itu tadi, menjaga kesehatan mental ibu terlalu sering mengecek, kita aja yang pusing, karena kita kan juga perlu menjaga kesehatan mental juga jadi sekali aja, kalau misalnya kira-kira ada yang terlalu mengganggu gitu, baru dicek, kalau enggak ya enggak lah itu tadi beradaptasi dengan teknologi tadi berdamai.

Z: Kalau gitu, apakah informan memiliki kontrol diri sepenuhnya setelah mengetahui informasi kesehatan mental remaja? mengontrol semuanya terhadap anak-anak.

R: Ohh iya itu yang makanya bilang tadi kita juga menjaga kesehatan mental tapi kalau dengan penggunaan dia terlalu lama itu kan kita melihat apa yang kira-kira yang menjadi lain pada anak itu kan ketahuan seperti itu emosinya mungkin matanya kayak gitu-gitu.

Z: Kalau gitu, ada gak sih tantangan dan kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan?

R: Ya iya, itu pasti. Pertama, melarang. Kita dari pakai nada rendah, nada tengah, nada tinggi, dipukul, maksudnya dipaksa, dimatikan, itu pasti berbagai cara. Karena ya itu tadi membatasi jam untuk melihat media sosial itu perlu. untuk menjaga kesehatan mental mereka sendiri. Mungkin mereka tidak sadar. Nah, kitalah yang mengontrolnya. Dia kan nyokron-nyokronnya pada sadar dia. Kan gitu.

Z: Kalau gitu, pendekatan apa nih yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja?

R: Komunikasi, yang pasti. Yang pasti kalau komunikasi benar, insya Allah benar itu. Anaknya juga mau terbuka ya. Saling terbuka, intinya diskusi bareng.

Z: Kalau gitu saran nih untuk ibu yang memiliki anak remaja di luar sana agar informasi di media sosial itu bisa lebih bermanfaat buat orang tua maupun anak?

R: umumnya kalau remaja dia kan punya waktu sekolah, nah waktu sekolah itu yaudah dia tidak boleh pegang hp, jangan cari sekolah yang boleh bawa hp. nah ketika pulang ya berarti dia punya reward karena udah belajar tadi, boleh silahkan lebih kepada apa yang sudah kewajiban-kewajiban dia di rumah itu dikerjakan... no problem okee, misal kalau itu tidak dikerjakan berarti kan dia tidak boleh main HP contohnya kalau seperti di rumah misalnya kayak di rumah kan sudah ada kewajibannya membuang sampah, cuci piring gitu sekedar mengangkat baju ngaji nah kalau misalnya ngaji dia masih mau main HP, ya ditarik dilarang ngaji dulu seperti itu, gitu aja kalau terlalu dikekang nggak boleh nggak bisa juga kita juga main HP.

Z: Iyaa bener

R: Makanya main HP kadang kan anak tuh kalau misalkan terlalu didikte atau terlalu dikekang kan makanya jadi berontak dia jadi kayak aduh kita juga sebagai pusing kayak gini juga udah banyak berontaknya kan dilarang-larang main HP iya bener sih iya.

Z: Baiklah itu tadi pertanyaan terakhir.

R: ya semoga bermanfaat ya

Z: Iyaa terima kasih banyak sudah meluangkan waktu.

Lampiran 7 Transkrip Wawancara Informan 4

Transkrip Wawancara Informan 4

Z: Zahra Aulia Rahma

L: Lia Yulianti

Isi

Z: Sebelumnya perkenalin, nama aku Zahra Aulia Rahma, mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya. Jurusan Ilmu Komunikasi, maksud dan tujuan aku kesini adalah ingin mencari data terkait judul penelitian aku yaitu Persepsi Ibu Generasi X dan Y terkait informasi digital kesehatan mental remaja. Jadi diharapkan penelitian aku ini bisa nambah konsep literasi digital pada perempuan khususnya pada ibu, seperti itu. Nah mungkin langsung aja kali ya... ke pertanyaan pertama. Jadi pertanyaan pertama itu aku mungkin akan menanyai tentang latar belakang. Maaf-maaf. Aku dari data informasi dulu. Namanya siapa? Kalau boleh tahu.

L: Aku Lia Yulianti.

Z: Lalu pekerjaannya?

L: Pekerjaan aku guru di Tk Pembangunan Jaya.

Z: Terus kita lanjut kesini ya. Tadi nama juga udah disebutkan. Kalau sekarang boleh usianya?

L: Usianya 35 tahun.

Z: Pendidikan akhirnya?

L: S2 Magister Pendidikan.

Z: Terus area tempat tinggalnya?

L: Di Ciater.

Z: Kalau boleh tahu join grup Komutas Kesehatan Mental?

L: Enggak sih ya.

Z: Selanjutnya latar belakang informasi anaknya ya. Pertama jumlah anak yang dimiliki dulu?

L: Ada dua.

Z: Terus jumlah anak remaja yang dimilikinya? dari Kementerian Kesehatan 10-18 tahun.

L: Yang dimilikinya, satu sih baru beranjak. Kebetulan anakku yang pertama 10 tahun.

Z: Untuk urutan usia anak remajanya

L: Anak pertama

Z: Terus untuk Jenis kelaminnya?

L: Perempuan.

Z: Kita lanjut ke ini ada kebiasaan pengguna media ya. Kalau boleh tahu platform media sosial apa yang dimiliki informan?

L: Aku ya? eummm ada *Instagram*, *TikTok*. Soalnya sekarang update itu banyak di *TikTok*. Apa lagi ya?

Z: *Facebook*?

L: *Facebook* ada cuma ga terlalu aktif. Terus ada *Telegram*. Apa lagi ya?

Z: *Twitter*?

L: *Twitter* engga sih, dulu aja sempet punya cuma udah di delete aja.

Z: Kalau boleh aku sebutin, Tadi ada *TikTok*, *Instagram* yang aktif sama *Telegram* ya?

L: ekhem iyaa, *Facebook* akunnya ada aktif, cuma jarang buka aja. Karena langsung nyambung ke *Instagram*.

Z: Ohh iya bener ya. Meta-meta itu.

L: Jadi jarang buka. Tapi dari *Instagram* kan keliatan.

Z: Oh gitu. Berarti kalau misalkan itu dari ke empat tadi, kira-kira sejak kapan punya akunnya?

L: Aku dari 2009.

Z: Itu media sosial apanya?

L: *Facebook* 2009, *Instagram* dari tahun berapa ya? 2010 kayaknya.

Z: Kalau *Telegram* *TikTok*?

L: Kalo itu 2017 an lah

Z: Baru ya satu-satu lagi tadi tuh apa tuh? *Threads* yaa?

L: Oh *Threads*, itu aja sih karen nyambung sama *Instagram*, jadi masi baru, Cuma buat lihat-lihat info aja.

Z: Kalau gitu, dari empat platform yang disebutin, alasan utamanya tuh apa sih kalau boleh tau?

L: Karena ini sih, update berita ya.

Z: Oh, berita.

L: Sekarang kan, apa ya, semua kan update-nya di... apa sih, media sosial ya kita cari yang terupdate paling cepet aja sih kalo menurut aku sih, paling cepet tuh kayak *Tiktok*, *Twitter* cuma ya... *Instagram* sih ya, itu aja sih yang menurut aku paling cepet informasinya

Z: Ohh informasinya, oh berarti lebih suka kayak berita-berita? kalo berita-berita itu kayak bisa ekonomi, politik, atau kesehatan, atau gaya hidup?

L: Campur sih ya, macam-macam

Z: Oke oke kalo boleh tau nih, dalam seminggu biasanya informan itu mengakses media sosial seberapa sering dalam seminggu?

L: Hampir tiap hari yaa, karena kan tiap hari itu kita harus update ya ada berita apa-berita apa jadi tiap hari

Z: Kalau kita lihat perharinya nih seberapa lama sih durasinya?

L: Nggak lama sih ya paling setelah dari jam 12, jam 1 lah ya, jam 1 ada jeda lagi, paling malem, ya mungkin ada 3 jam, 4 jam

Z: Itu sambil kayak fokus atau sambil nyambi?

L: Sambil nyambi, kalau malam baru mungkin bisa fokus ya kayak sambil istirahat gitu ya, kalau siang kan sambil makan terus palingnya malam sih, sore ke malam.

Z: Kalau gitu konten-konten umum seperti apa nih yang biasa ibu konsumsi di media sosial tersebut?

L: Konten umum maksudnya kayak gimana nih?

Z: Kayak misalnya tadi kan sempet di mention berita kan atau ada gak sih hal yang kayak alasan utama lebih spesifik lagi mungkin kayak gitu yang bikin tertarik?

L: Konten-kontennya itu sih kayak sekarang sih cara menangani anak kayak gitu karena kan menangani anak tips-tips kayak gitu, terus ya berita-berita politik juga terus gabungan sih ya banyak sih, kayak gitu sih tapi banyaknya cara kayak menghadapi tips-tips atau gitu ya tips-tips kayak gitu sih sama terakhir ya masak-masak deh.

Z: Bener sih bener sih, apa sih namanya kalau misalkan itu lebih sukanya itu bentuk video kah atau bentuk tulisan kan ada foto cuma tulisan atau video atau gimana?

L: Lebih suka sih kayak video iya tapi kan kalau tips-tips gitu biasanya gambar aja ya sama tulisan gitu tapi kalau lebih tertarik emang video ya kayak bentuk reels atau tiktok di scroll. Kayak gitu sih lebih lebih menarik

Z: Oke oke oke mungkin, selanjutnya ini pengetahuan terkait isu kesehatan mental ya. Mungkin aku jelasin dulu kayak kesehatan mental itu. Jadi dari perspektif aku dan aku baca juga di google tuh kesehatan mental itu berkaitan dengan kayak misalkan kecemasan atau misalkan terkait dengan ibaratnya tuh kayak misalkan ada pola asuh atau pola kembang. kita berkembang itu bisa berkaitan dengan kesehatan mental kita dan itu bisa berperilaku juga kehidupan kita sehari-hari. Seperti contohnya kecemasan kayak misalkan ya seperti itu stress atau misalkan karena beberapa hal faktor yang lain. Nah kalau boleh tahu nih kalau informan sendiri itu tentang definisi kesehatan mental itu seperti apa?

L: Kesehatan mental itu sih penting ya jadi buat kita apa sih khususnya buat aku atau anak nih?

Z: Penting buat ibu dulu abis itu baru anak.

L: Kesehatan mental itu penting ya karena Aku juga kerja, jadi kayaknya apa ya? Pentinglah seminggu dua kali buat kita refresh juga Karena kan kerja, pastikan orang kerja ada jenuhnya, ada stresnya, ya kan? Jadi penting buat diri sendiri, kesehatan mental ya caranya kayak tadi, bukan selain healing, tapi self-reward caranya ya me-time, me-time itu kan orang beda-beda ya dengan cara dia tadi scroll media sosial itu termasuk me-time juga termasuk lah, apalagi kalau udah karena kan udah punya anak nih jadi biar gak diganggu ya cara satu me-time juga sih menurut aku. Kesehatan mental kita penting ya karena udah kerja terus di rumah ada anak kita butuh waktu juga buat ya kesehatan mental sendiri ya biar gak stress biar gak marah-marah gitu.

Z: Kalau gitu apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental?

L: Pernah

Z: Kalau boleh tahu boleh ceritain gak konten apa yang pernah dilihat?

L: Ini sih buat kayak kita lebih fresh terus apa sih ya kita gampang tidur.

Z: Oh, lebih ke video edukasi gitu ya?

L: Iya, video edukasi. Oh, sama lifestyle. Sekarang kan kita susah tidur juga ya. Jadi gimana nih? Cuma cepet tidur, Gitu sih.

Z: Kalau gitu tadi yang dilihat mungkin yang biar bisa tidur cepet itu kira-kira platform media sosial apa?

L: Di *Instagram*, terus...

Z: *Tiktok*? Pernah lewat juga?

L: Pernah sering lewat Itu sih
 Z: Tapi kalau misalkan boleh pilih salah satu aja nih, kira-kira lebih di platform apa tuh?
 L: *Instagram* sih ya
 Z: *Instagram* reels atau apa?
 L: Iya itu sih
 Z: Kalau gitu jenis konten kesehatan mental Seperti apa nih yang informan butuhkan?
 L: Apa yang dibutuhkan? Lebih kayak Itu sih tadi Tempat liburan, Ohh tips-tips yang buat ya kesehatan kayak gitu sih tempat healing ya..
 Z: Tempat-tempat referensi yaa
 L: Referensi buat nanti healing untuk melepaskan stress, kayak cafe-cafe gitu, gausa jauh-jauh yang deket misal
 Z: oke oke paham, kalau gitu apakah informan mengetahui nih konten-konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja? mungkin aku jelasin dulu kali ya kalau dari aku tuh ada kayak di Instagram sih itu namanya @socialconnect.id itu dia kayak semacam komunitas kesehatan mental khusus anak muda jadi dia tuh kayak bikin seminar, workshop dan lain sebagainya. Ada juga @menjadimanusia.id juga dia seperti itu, terus ada lagi ini beda lagi namanya @studiodjiwa, mungkin kalau mau dicek bisa, itu kayak akunnya itu dia lebih kayak kepada mengekspresikan apa yang dirasakan melalui lukisan dan lukisannya tentunya akan di-upload gitu dan pas aku cek tuh emang anak muda kayak gitu yang suka melukis dan gambar dan lain sebagainya dan setelah itu ada @behome.id tapi kalau @behome.id ini lebih difokuskan ke anak-anak yang bukan anak-anak juga sih pokoknya orang yang dia merasa broken home jadi kayak perlu biar gak ngerasa sendiri atau gimana jadi dirangkul bersama-sama. Kira-kira mengetahui gak sih sebelum aku mungkin yang aku sebutin tadi?
 L: Platformnya itu sebelumnya gak tau, belum tau cuma memang kalau dilihat Oh, ada sekilas-sekilas lewat di media sosial tuh ada, ya kan? Cuma kalau untuk yang tadi disebutkan sih belum...
 Z: Belum tahu ya?
 L: Iya, belum tahu sih Cuma memang ada, mungkin namanya aja kali ya beda, Apa ya? Nggak tahu juga sih lupa, karena kan... Cuma lewat aja sekilas Cuma nggak diseriusin, ada beberapa kali aku nyimpen tp keknya udah tenggelam yaa...
 Z: Kayak cuma sekedar aja gitu ya?
 L: Iya, sekedar, oh ini, ini, ini, udah gitu
 Z: Itu khusus untuk remaja atau untuk ibu sendiri?
 L: Ada yang buat remaja, anak-anak terus ada juga yang buat iya diri kita sendiri lah gitu
 Z: kalau gitu kita lanjut yang selanjutnya ini terkait pengalaman terkait kesehatan mental yang pertama pernahkah informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? waktu kecil dapat sosialisasi kayak diskusi terkait kesehatan mental bersama dengan orang tua?
 L: ada kali yaa, cuma lupa yaa, ada sih ada cuman apaa yaa? beda dulu jamannya kan gaada media sosial ya... jadi dulu tuh beda media sosial itu kan baru keluar tuh di atas 2004-2005, jadi paling sih ini aja ya diskusi-diskusi gitu aja sih
 Z: Kayak misalkan kamu kalau jadi anak tuh harus yang baik gitu
 L: Ya palingnya gitu aja. Cuma kalau dulu kan jarang ya. Jadi kita cuma dapet ya dari orang tua. Kayak gitu sih
 Z: Kalau gitu jenis konten kesehatan mental remaja apa yang jarang tersedia di media sosial menurut informan?
 L: Aku? Apa ya? Kira-kira. Kayaknya udah banyak ya. Yang jarang itu. Apa ya? Apa ya?
 Z: Mungkin kalau aku, kalau jadi aku kali ya, aku tuh sebenarnya kan sekarang tuh kayak ada second account. Cuman second account kan ibatnya beda lah sama first account, kan? Karena soalnya tuh kadang ada beberapa yang buat second account tuh biar supaya... Kayaknya, tapi kan kalau begitu kan suka asumsi-asumsi orang aja gitu kan Cuma kalau dari yang sumber-sumber asli gitu jarang gak sih?
 L: Iya sih, gak mau kepikiran juga sih Pernah sih kepikiran, cuma buat apa gitu kan Aku gak yang kepoin orang gitu... Cuma emang karena ini sih, karena sebenarnya pengen Cuma karena, apa ya, kan Instagram ini berkaitan sama orang tua, pengen lebih buat pribadi aja sih cuma tapi yaudah deh kayaknya ngelolanya nanti dulu deh, nanti dulu, nanti dulu gitu jadi kalau ya gitu sih paling kalau yang belum tahu apa ya yang dibutuhkan ya ya sih boleh sih tips-tips kayak gitu sih ya tips kayak gitu kan ya
 Z: Makanya gitu, soalnya kan kalau dari aku tuh kadang cuma kayak kata-kata menurut aku bla bla bla tapi kan itu menurut dia gitu bukan menurut orang apa gitu kan menurut ahli atau gimana kayak

gitu sih. Oke kalau gitu nih kita ngomongin bentuk konten informasi yang paling sering ditonton atau lihat dan paling tertarik bentuk yang mana dan mengapa?

L: Bentuk kontennya contohnya tuh kayak gimana deh?

Z: Contohnya itu mungkin kayak sebenarnya ini masih bersinggungan sama yang sebelumnya sih kayak misalkan bentuk kontennya tuh aku dari penelitian tau tuh ada kayak biasanya tuh kayak Nikita Willy, Nikita Willy kan dia lebih parenting kan dia lebih kayak video di *Youtube* dan lain sebagainya. kayak gitu terus ada juga yang kayak misalkan cuma sekedar tulisan-tulisan aja kayak gitu jadi kayak bentuk kontennya tuh seperti apa atau ke podcast kah?

L: Podcast sama video pendek sih ya... kalau *YouTube* kan sekarang panjang banget ya durasinya ya... jadi kayaknya lebih ke tips yang video-video pendek kayak cuma berapa detik doang paling gitu ya iya satu menit lah satu menit gitu karena kan sekarang kadang jamannya kadang baca agak males ya jadi cukup dari video video pendek kelamaan juga agak bosan kan..

Z: Ya pokoknya kayak kalau detik-detik awal udah menarik, biasanya kan kita ke turun sana nonton ya

L: iyaa... itu sih lebih tertarik

Z: Kalau boleh tau ada gak sih kayak misalkan kan kalau aku tuh suka banget sama ini namanya, namanya siapa ya, ohh sunda rindah Pokoknya dia tiktokers gitu, dia ngomongin soal kesehatan mental jugaa, kira-kira ada gak?

L: Ada, tapi lupa siapa ya. Sering lewat. Tapi namanya lupa deh. Sering kok ada.

Z: Itu di apa?

L: Di *TikTok*. Tiktok tuh banyak sih. Tadinya sih ya. Tiktok. Kadang di Instagram juga ada. Di TikTok juga ada. Tapi aku lupa namanya ya. Sering sih Tapi aku jarang orangnya yang gak pernah follow. Karena kan dia kalau algoritmanya kalau kita sering buka dia akan muncul lagi, jadi aku gak mau yang follow terlalu banyak gitu kan karena kalau follow terlalu banyak tuh kayak apa ya feedsnya juga kan, kayak instagram juga di follownya udah kebanyakan nih kayaknya ada yang gak penting deh yang kayak gitu.

Z: Oke oke berarti buat kita bisa memilih konten-konten ya. Kalau gitu nih ya dengan adanya informasi yang didapatkan nih kan udah banyak banget juga informasi-informasinya, Apakah dapat membantu informan dalam kesehatan mental pada remaja saat ini?

L: Membantu sih ya membantu sekali sih

Z: Kalau boleh tahu apa tuh alesannya?

L: Ohh karena sekarang kan konten ya, ngebantu banget yang males baca. Sekarang kan udah kalau dulu kan banyak buku kita tapi kalau sekarang dengan konten-konten kayak gitu, mereka yang ngelihat dari buku mereka yang menyampaikan kita yang dapat informasinya gitu jadi lebih simpel sih ya gitu. sangat membantu sih

Z: Tapi pernah gak ketika menonton konten itu kayak ngerasa ah emang bener ini kontennya atau kayak gak percaya atau gimana?

L: Ya kita buktiin sih ya percaya gak percaya

Z: Apa cenderung kayak mau buktiin lagi tapi lewat website atau apa gitu.

L: Ohh pernah pernah jadi kita lewat website eh bener gak sih gitu kan terus gini-gini gitu pernah juga sih kayak gitu

Z: Kalau gitu menurut informan konten informasi yang ideal seperti apa?

L: yang ideal tadi sih sempet ada juga ya kayak gini ya bersama ya yang ideal yang tadi video ada narasinya yang gak terlalu lama sih intinya jelas singkat padat langsung ke intinya.

Z: kan apalagi sekarang tuh content creator banyak banget kan, Terus abis itu dia mau dari background apapun tuh bisa jadi content creator dan itu kira-kira mempengaruhi gak sih kayak langsung percaya aja gitu sama informasi tersebut

L: Gak juga sih ya soalnya kita kan lihat juga nih terusnya juga karena kan sekarang kan content creator tuh banyak samanya ya kayak nyontek-nyontek gitu.

Z: Terus juga kadang apa yang di upload tiktok suka aja juga di instagram gitu

L: Jadi kayak itu memang ya sama sih ya

Z: Kayak konten mirroring gitu kan

L: Sekarang kebanyakan yang asli original itu cuma ada beberapa ya jadi pinter-pinter kita sih milih kontennya sama influencernya dulu siapa nih yang bener-bener emang bisa dipercaya atau kemarin kan ada yang ikut-ikutan aja kan cuma ikutan konten luar negeri lah apalagi kadang caranya juga cuma temen followers lah dan lain sebagainya.

Z: Bener sih benar-bener... kalo gitu tadi kita bahas kontennya nih, sekarang kita bahas medianya. Media informasi terkait kesehatan mental remaja apa yang ideal medianya kan dari tadi kan banyak tuh yang dipakai kan, kira-kira yang paling ideal itu dimana?

L: Buat enak mendapatkan informasinya yang antara tadi tuh iya kayak *Instagram* *Tiktok* atau *Facebook*. Atau kalau aku sih karena lebih sering ke *Tiktok* sama *Instagram* kayaknya dua itu sih... oh *Youtube* juga sih, cuma kalo *Youtube* itu kan tadi yang aku bilang tuh kebanyakan durasi, Karena kan kita terkait dengan waktu juga nih, ada apa nih, gitu... Tapi sekarang kan orang pengen butuh informasi itu cepet ya, Karena udah banyak survei juga, apalagi Gen... sekarang ya, milenial, Gen Z Pengennya informasinya cepet. Jarang kan yang, aduh baca kelamaan Pengennya video Karena aku pakenya *Instagram*, *Tiktok*, ya itu sih punya itu ya udah yang paling ideal gitu ya, kalau *Facebook* juga mungkin cepet ya tapi aku karena jarang buka *Facebook*, dua itu aja udah cukup.

Z: Udah cukup ya buat untuk mendapatkan informasi-informasi yang tertarik ya, oke-oke lanjut nih kita ke digital parental mediation-nya yang pertama apakah ibu melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan mediation?

L: Oh iya dong, mantau jadi kayak dia kan minta pakai *Instagram* sama, paling kalau download aplikasi store itu harus mamanya yang pegang terus kayak *Instagram* juga integrasikan emailnya ke email aku jadi dia nggak bisa sembarangan kayaknya download, download game atau download aplikasi jadi itu harus pakai aku passwordnya, dia harus izin dulu,

Z: Itu udah punya ponsel juga?

L: Iya, udah punya, karena kan penting ya kalau sekarang, karena belajar dulu kan dari iya sih gitu sekarang penting ya terus dia pengen punya media sosial *instagram* oke boleh tapi mamanya yang pantau gitu dan passwordnya juga mamanya jadi kepantau terus

Z: Akunnya juga mamanya yang buat ya?

L: Iya gitu

Z: Kalau gitu bagaimana informan mengamati penggunaan media sosial anak remajanya jadi ketika saat menggunakan media sosialnya apakah ditemani?

L: Karena aku kerja ya jarang ditemenin ya tapi jarang ditemenin karena kerja kalau mungkin kalau di rumah ya dilihat sih sebenarnya sih dipantau aja dari dari apa sih dari *instagram*nya dia online apa enggak oh iya bisa kelihatan sih benar-bener Udah sih media sosialnya baru itu aja sih satu, yang kayak *tiktok*nya nggak aku kasih.

Z: Ohh nggak, jadi *Instagram* aja?

L: *Instagram* aja karena temen-temennya udah punya *Instagram*, dia mau yaudah, tapi kalau *tiktok* nggak.

Z: Oke, oke. Kalau gitu, apakah informan pernah nih berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja?

L: Hmm. sering sih ya... cara ya diskusi terus sama ada akun apa kirim ke dia, kirimnya lewat DM, jadi kita nemu apa nih untuk anak-anak itu kan langsung ke di apa Apa sih namanya? Format ya? Dibagikan ya? saling link gitu. Itu sih lebih ke fungsi itu sih.

Z: Jadi diskusinya tuh melalui video, nanti kasih tau nih kayak gini-gini gitu ya. Kayak gitu. Oke, oke.

L: Paling kalau mau tidur deh ngobrol gitu.

Z: Ohh iya sih benar. Kalau gitu gimana nih informan tuh ada gak sih kayak menetapkan aturan khusus terkait membatasi penggunaan dan konten yang boleh diakses?

L: Itu sih kita kasih waktu ya. Hanya boleh... libur satu minggu aja, kalau hari biasa paling kalau ada kegiatan penting kerja kelompok cuma boleh buka *whatsapp* aja kalau hari Senin sampai Jumat, paling sampai Jumat siang ya, Jumat sore udah boleh yaudah akhirnya disimpan, karena ada kerja kelompok, pokoknya bakal dikasih kalau itu berkaitan dengan sekolah gitu ya, itu selebihnya sih enggak disimpan Sabtu minggu boleh.

Z: Kalau gitu ada informan tuh menggunakan aplikasi atau fitur khusus gak sih untuk memblokir konten-konten yang bisa berpengaruh pada kesehatan mental? kan kalau misalkan keseringan kalau keseringan atau nonton-nonton konten-konten yang kurang baik itu kan itu kan bisa berpengaruh kesehatan mental amat kayak gimana?

L: Itu sih dibatasi sih karena kan disitu pilihannya ada usia ya pas kita bikin akunnya... ya bisa sih dibatasi itu sih jadi jadi biar kontennya udah terlalu apa ya terlalu terlalu berlebihan lah... iya itu sih itu pas buat

Z: Oke oke oke kalau gitu seberapa sering sih informan memeriksa riwayat pencariannya atau histori kontennya anak remaja di ponselnya?

L: Sering seminggu tuh kebetulan kan handphonenya kalau kita itu nggak aku lihat-lihat tuh handphonenya, Paling satu minggu, cuma satu minggu Seminggu, tiga kali, empat kali lah Karena hari biasa kan dia nggak pegang, jadi nggak dilihat Itu, dilihat nanti setelah pas dia pegang handphone, gitu.

Z: Berarti tuh ngecek kayak itu setelah dia menggunakan ya? Atau berarti nggak ya?

L: Iya, pas abis dia gunain gitu, kita lihat nih... kita lihat dia abis buka apa gitu Iya, gitu sih

Z: Oke Kalau gitu, apakah informan memiliki kontrol diri sepenuhnya nih terkait informasi kesehatan mental kepada anak remajanya?

L: Kontrol diri sepenuhnya? Iya sih ya. Lumayan ya.

Z: Seminggu tadi kan dimention juga 3 ya. 3 kali kan kontrol diri sepenuhnya. Terus bagaimana nih tantangan dan kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan kesehatan mental kepada anak remajanya?

L: Gimana?

Z: Tantangan dan kendala yang informan alami saat melakukan pemantauan?

L: Tantangannya ya, itu sih, apa ya, tantangannya kita kadang kalau kerja, jadi kita nggak setiap saat bisa mantau terus... yang, apa ya, informasi-informasi yang datang walaupun kita udah batesin, tapi dia bukanya apa, itu kita nggak bisa nolak sih ya. Soalnya sudah terjadi juga gitu kan. Karena kan, apa ya, sekarang tuh, apa aja bisa diakseskan, jadi itu kalau jangan enggak dari media aja dari YouTube itu juga punya kalau YouTube ituu tadi YouTube udah nggak mungkin pakai YouTube kids... udah nggak mau, itu sih tantangannya ya karena ya anak sekarang kan apa ya susah batasannya ya kalau udah tau udah pinter juga sendiri nyari sendiri, jadi mau gak mau beradaptasi juga gitu susah itu sih tantangannya ya susah menghadapi era digital

Z: Betul sekali gitu ya... oke oke oke dan mungkin ini pertanyaan terakhir ya pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remajanya?

L: Itu sih ngobrol bareng terus mendekatannya ya edukasi terus sih... kayak bikin aturan ya boleh pakai ini lebih ke ngobrol sih ya pokoknya diskusi ya diskusi bareng ya ituu...

Z: Ya ada kedekatan antara ibu dengan anak gitu ya jangan sampai gak ada komunikasi gitu

L: terus baru kita lihat ada apa sih lihat apa coba, kalau dia lagi pake handphonenya cobaa lihat gitu

Z: Okee deh kalau begitu Terima kasih banyak untuk kesempatannya.

Lampiran 8 Transkrip Wawancara Informan 5

Transkrip Wawancara Informan 5

Z: Zahra Aulia Rahma

A: Ati Rohati

Isi

Z: Sebelumnya aku izin perkenalkan diri Nama aku Zahra Aulia Rahma. Aku mahasiswa ilmu komunikasi di Universitas Pembangunan Jaya. Dan sekarang aku lagi mengerjakan skripsi yang judulnya itu, tentang informasi kesehatan mental remaja di media sosial : persepsi ibu generasi X dan Y. Nah, jadi harapnya skripsi aku juga bisa nambah manfaat terkait dengan penggunaan literasi digital di kalangan ibu. Jadi mungkin kita langsung aja ke pertanyaan pertama ya. Kita juga ngomongin tentang latar belakang informan dulu, informan ibu. Kalau boleh tau namanya siapa?

A: Ati

Z: Untuk usianya?

A: 44 tahun.

Z: Pendidikan akhirnya?

A: S1

Z: Area tempat tinggalnya?

A: Komplek Griya Sasmita

Z: Kalau gitu sekarang kita ke latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki?

A: Tiga

Z: Terus sebelumnya kalau dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10-18 tahun. Jadi kira-kira jumlah anak remaja yang dimilikinya?

A: Oh, ada dua.

Z: Ada dua itu. Kalau boleh tahu, untuk urutan posisi anaknya, yang remaja yang keberapa?

A: Yang remaja sekarang usianya 17 tahun.

Z: Oh, itu yang... Nomor pertama? Kalau yang kedua?

A: 14 tahun.

Z: Kalau gitu, untuk jenis kelaminnya, yang tadi anak remajanya?

A: Dua-duanya perempuan

Z: Oke kita langsung ke pertanyaan pertama ya ini terkait dengan kebiasaan penggunaan mediana kira-kira platform media sosial apa yang dimiliki informan?

A: Ada *Instagram*, terus ada *TikTok* juga terus ya udah paling yaudah, kalau Google engga kan ya?

Z: *Instagram* atau *TikTok* aja ya? Kalau yang lebih sering diaksesnya itu diantara *Instagram* atau *TikTok*? Apa dua-duanya?

A: Dua-duanya, tapi sekarang lebih ke *TikTok*

Z: Terus kalau boleh tahu, *Instagram* itu sejak kapan dan *TikTok* itu sejak kapan kalau boleh dikira-kira?

A: *Instagram*nya... udah lama juga tuh sekitar 8 tahunan lah

Z: 8 tahun kebelakang ya berarti ya? kalau *TikTok* baru tahun ini?

A: Tahun inilah dan baru-baru tahunnya kan lagi viral-viralnya kan *TikTok* kan jadi ikut-ikutan.

Z: Oke oke... tadi sempet di mention juga kan kayak kalau *TikTok* itu kan karena viral ya kalau boleh tahu kayak *Instagram* itu alasannya buat apa sama pertama awalnya kan IG dulu?

A: Kalau IG biasa lihat resep, terus ya lihat kayak kajian-kajian, terus lihat juga yaa mungkin teman-teman juga. Lihat dari situ. Terus ya lihat, masalah-masalah yang di rumah gitu nanti kita cari. Kadang di IG informasinya.

Z: Terus dalam seminggu nih. Biasanya tuh. Sering mengakses media sosial tuh seberapa sering?

A: Dalam seminggu? Seminggu. Kayaknya hampir tiap hari kita ngeliat.

Z: Kalau gitu dari seharinya itu kira-kira berapa jam durasinya?

A: Palingan satu jam sih. Kalau sehari sejam, nanti kita ngelakuin kegiatan lain nanti mungkin kita lihat lagi. Ya bisa lah sekitar 3 jam-an lah seharian. Itu kalau lagi santai aja. kalau lagi santai kalau misalkan lagi sibuk kerja ya gak dibuka sama sekali paling cuman ngintip aja sebentar

Z: Bener sih bener... terus tadi juga tadi kayak mention juga kan nyari informasi terus masak-masak gitu kan berarti alasan utama informasi tersebut konten umumnya tadi ya?

A: Intinya sebenarnya sih pertama kayak misalkan ya itu liat resep terus kedua juga kadang melihat kayak yang kajian kajian kajian kayak misalkan ya tentang masalah keluarga tentang anak kayak gitu.

Z: Kita pertanyaan selanjutnya ya ini pengetahuan terkait kesehatan mental jadi sebenarnya aku mau ngejelasin dulu kesehatan mental dari pandangan aku terus ini aku juga ngutip dari google jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis dan juga sosial seseorang itu tuh kayak mempengaruhi cara kita berpikir merasakan dan bertindak dalam menghadapi hidup jadi pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan tetapi juga kemampuan seorang individu itu mengelola stres sehari-hari dalam bekerja, perusahaan produktif dan berkontribusi dalam kehidupan sosial mereka. Nah jadi pertanyaannya mungkin apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental menurut informan sendiri?

A: Kesehatan mental dari kita sendiri atau??

Z: Dari sendiri menurut pemahaman informan

A: Mungkin dari tekanan ya, dari masalah banyak masalah jadi membawa kita juga jadi ke emosi kayak stress mungkin gitu ya mungkin ya mungkin masalah-masalah mungkin dari tempat kerja atau dari di rumah juga kayak kita nih dari anak juga gitu kan tapi jadi terkadang dibawa gitu bawa ke kehidupan kita sehari-hari cepat emosi gitu.

Z: Kalau gitu kira-kira pernah gak sih informan tuh melihat atau mencari konten kesehatan mental?

A: Kesehatan? iya pernah juga

Z: Kalau boleh tau itu di platform media sosial apa?

A: IG

Z: Ohh instagram ya, itu tuh informan tuh sampai ngeliat doang atau sampai nge-follow atau gimana?

A: Dua-duanya, sampai follow juga

Z: Kalau boleh tau, apa tuh akunnya? inget kah?

A: Itu sih, maksudnya kayak lebih ke ini aja, ke agama aja,

Z: Ohh motivasi ya

A: Iya, kayak inspirasi jadi lebih larinya ke agama untuk menenangkan diri

Z: Ohh oke oke kalau gitu, kalau gue tau itu tadi seberapa sering itu, hampir tiap hari kah?

A: Enggak, enggak juga enggak, enggak tiap hari juga sih kalau misalkan lagi suasananya lagi enggak ini, mungkin suasananya lagi dibawa lagi ya... seperti perasaan kita tuh lagi enggak enak... baru kita lihat lihat dengan suasana hati kita lah dengan apa yang kita alami baru kita cari gitu

Z: Kalau gitu apakah informan percaya nih dengan informasi kesehatan mental yang berada di media sosial? Soalnya kan banyak banget ya, karena sekarang informasi udah semakin cepat gitu kan, kadang aja informasi yang kayak kebenarannya tuh gak bisa dibilang benar kalau melaksananya sebagainya. Kira-kira percaya gak gitu?

A: Ya, ada yang percaya, ada yang gak. Masalahnya kan banyak ya, kadang kita nerima yang ini, terkadang ada lagi gitu kan, masukannya gitu seperti ini. Jadi ya bingung juga sih, ya percaya sih ada yang betulnya juga, tapi yang... ya tergantung tergantung kitanya aja sih, kalau misalnya kita yakin Ama yang ini, dengan apa dengan ini, dengan informasi informasi ini... ya percaya, tapi kan sesuai keyakinan kita aja

Z: Kayak di cross check lagi mungkin...

A: Iyaa, jadi kan enggak semuanya kita terima gitu kan, terkadang kan yang ini jawabannya seperti ini yang ini seperti ini yang ini seperti ini jadi gitu... Jadi ya udah sesuai keyakinan kita aja yang kita bisa terima. Oh ya, berarti ini seperti ini.

Z: Kalau gitu, jenis konten itu kan ada edukasi, hiburan, informasi atau berita, ada testimoni juga, ada promosi, ada tutorial, ada opini. Nah dari jenis konten tersebut itu seperti apa yang informan butuhkan gitu?

A: Ini apa aja? edukasi?

Z: Ada edukasi, ada hiburan terus ada informasi, ada testimoni...

A: informasi kali ya?

Z: oh informasi informasi itu lebih, kan kalau misalkan aku itu nge-follow, @menjadimanusia.id jadi itu kayak dia itu setiap minggunya itu buat kayak seminar jadi kayak biar kita bisa mengenal diri kita gitu kalau misalkan itu ada gak kayak acuannya gitu? atau siapa gitu acuannya di media sosial?

A: Masalahnya beda-beda juga sih

Z: Oh beda-beda itu direelss apa gimana apa di foto?

A: Kadang ngeliatnya kalau di foto juga kadang kan ada juga yang apa ya yang ada Di foto juga ada kan ada tulisan-tulisan kayak gitu.

Z: Oh, oke, oke, oke. Kalau gitu, jenis konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan mudah dibaca?

A: Kayak misalkan di IG gitu ya?

Z: Iya, iya.

A: Maksudnya kayak Masukan-masukan Kayak gitu, Terus...

Z: Berarti dari lebih ke cerita gitu kali ya...

A: Kayak cerita Kayak cerita Lebih relate lah intinya Iya jadi yang dibutuhkan kayak cerita lebih relate gitu ya dibanding kayak tulisan atau gimana gitu kayak contoh kasus mungkin atau gimana ya contoh kasus itu juga sama juga sih itu juga kan dari situ kan jadi kan berjalan kan biasanya kan gitu kan ceritanya seperti itu kan. jadi dari kasus nah ya udah terkadang dari kasus-kasus itu juga kan kita kan juga belajar juga seperti ini gak ya kadang anak-anak kita gitu

Z: Kalo misalkan ngeliat itu tuh sampe ngefollow gak apa? Cuma ngeliat aja sekedar ngeliat?

A: Kadang keduanya. Kalo paling ngefollow sama nge-like. Kalo misalkan, apa ya, maksudnya yang cerita-ceritanya itu yang pemberitahuan informasinya itu yang udah ke inilah, udah ke kita, gitu. Maksudnya yang dekat sama kita, gitu. Maksudnya ke sehari-hari pemberituannya atau apa, biasanya kita itu. Kita follow.

Z: Kalau begitu, apakah informan pernah merasa ragu atau bingung dengan informasi tersebut? Informasi yang pernah dilihat pastinya. Pernah merasa bingung atau ragu?

A: Ragu ya, pernah ada. Terkadang, masanya seperti ini sih, masanya begitu sih, masanya seperti ini.

Z: Jadi lebih refleksi diri juga gitu ya?

A: Iya.

Z: Berarti kira-kira informasi seperti apa nih yang informan percaya gitu? Apakah memang informasi tersebut misalkan... dicetuskan dari kementerian apa atau gimana atau cuma dari kisah hidup orang pengalaman orang atau gimana yang dipercaya?

A: Kalau misalkan dari pemerintah kayaknya enggak juga di mungkin kayak lebih ke kehidupan orang pengalaman pengalaman seseorang kadang kan ada juga yang sama dengan yang kita alami ya kadang kan gitu jadi ya kayak begitu-begitu deh.

Z: Oke kalau kayak gitu bagaimana informan itu menyadari kalau informasi kesehatan mental itu ternyata penting?

A: Kenapa tadi?

Z: Jadi bagaimana informan itu mulai menyadari bahwa ternyata informasi kesehatan mental itu penting?

A: Yaa sejak pertama punya-punya anak yang tumbuh remaja ya maksudnya pas memulai-mulai SMP yang sikapnya juga ke anak ya yang sikapnya juga yang udah mulai berubah gitu... maksudnya udah berbeda lah, nah itu kadang suka kita cari-cari ya dari informasi-informasi itu aja gitu dari IG atau apa atau dari pengalaman seseorang... nah jadi lebih ya pokoknya pas berancak dewasa aja SMP kan mulai berubah kan yang yang mulai-mulai berontak lah gitu ngelawan gitu seperti itu.

Z: Kalau gitu nih ini nyambung juga nih, kira-kira apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang memang dikhususkan buat remaja diperuntukkan untuk remaja?

A: Kenapa?

Z: Mengetahui gak tentang konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja khusus buat remaja?

A: Yang ada kontennya? Eum apaa yaa?

Z: Yang kalau misalkan ini sih kontennya gimana ya? Belom berarti ya? Belom tau gitu ya?

A: Belom

Z: Ohh belum tau siapa? Belom pernah lewat gitu di breanda? Belom ya?

A: Belom.

Z: Terus buat remaja?

A: Kebanyakan kayak misalkan lebih ya itu yang paling yang kalau yang konten-konten kayak gitu sih belum. Tapi cuman kayak cerita-cerita seseorang tapi itu kan karena udah usia juga ya maksudnya orangnya. Tapi kalau misalkan untuk konten yang anak remaja sih, ada juga sih. Tadi siapa ya lupa tuh?

Z: Ya soalnya, by the way, kadang yang aku baca juga sih, kalau misalkan anak remaja itu, kayak sering dapat kontennya itu kadang sampai ada istilah self-diagnosa gitu loh. Kayak nonton tuh kayak, ya deh kayaknya kayak gini deh, kena kecemasan dan lain sebagainya kayak gitu loh. Terus kita ke pertanyaan selanjutnya. Pernahkah informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?

A: Kesehatan mental? Apa ya? Ya kayak Kalau jangan Gampang marah kayak gitu Iya sih Yang gampang marah Terus Apa lagi ya? Jangan cepet marah Jangan cepet tersinggung Kayak gitu-gitu sih, Kayak emosi Terus ya pokoknya gitu aja deh.

Z: Iya soalnya kalo misalkan dari Informan yang sebelumnya juga bilang kayak Ya pokoknya kamu harus jadi anak baik dan sebagainya Kayak gitu Terus-terus ya rajin belajar Biasanya kan kayak gitu...

A: Iya terus ya cewek itu harus pintar ini lah, harus pintar ini lah, bukan sekedar ini aja harus bisa masak lah, atau kayak gitu.

Z: Iya bener-bener. Kalau gitu ini sekarang kita fokus di remajanya ya, kan kalau semuanya lebih kesehatan mentalnya secara ini, sekarang ke remajanya. Berarti kira-kira jenis konten kesehatan mental remaja apa yang informan ketahui dan itu ada di media sosial?

A: Apa ya?

Z: Mungkin kalau jenisnya kan tadi kayak ada edukasi, hiburan, testimoni, tutorial, atau filmik, kayak gitu. Kira-kira apa yang dibutuhkan deh?

A: Kayaknya film kali ya, kalau misalkan kayak gitu. Kan ada tuh film tuh yang di bioskop tuh kan, yang dia tuh apa, formatnya ketawa sama orang tua tuh sampai nangis gitu kan ada tuh kayaknya lebih ke film deh... tapi anak-anak juga nggak mau nonton lebih ke kayak... film animasi gitu deh atau atau juga kayak misalkan ada tulisan gitu kan pernah juga ngeliat ya, tentang orang tua tuh marah tuh bukan karena gak sayang, mungkin karena sayang, mungkin karena apa-apa-apa biasanya kan ada yang kayak gitu, itu kadang suka di-share ke anak-anak... kayak gitu orang tua tuh marah-marah bukan berarti gak sayang berarti mengingatkan buat kalian juga, seperti itu kadang di-share lagi ke anak-anak tuh biar mereka lihat, gitu kadang video atau apa mungkin kalau film

Z: Ya sih lebih ngena juga, dilihat juga kayak gitu terus habis itu bentuk konten informasi kesehatan mental yang paling sering ditonton atau dilihat? jadi sebenarnya aku jelasin tuh bentuk konten kesehatan mental itu ada podcast terus ada, live streaming, teks, gambar, video short kayak reels atau di tiktok gitu kan... terus ada kayak slide-slide, foto slide, nanti di slide, itu kayak gitu. Nah kira-kira bentuk konten informasik sentimental yang paling sering ditonton atau dilihat itu apa? dari yang tadi aku sebutin

A: biasanya sih ini sih kayak misalkan tulisan-tulisan kayak gitu tulisan jadi kita bisa baca, kadang kita bisa simpen juga, langsung di save kalau di IG. Jadi kan kadang-kadang ada tulisan apa yang apa gitu kan, langsung kita simpen jadi bisa kadang ya buat pelajaran kita juga...

Z: Berarti dari tadi sekian banyak tuh kira-kira yang paling tertarik itu bentuk bentuk konten yang seperti apa? Yang tulisan, atau yang video atau live streaming atau podcast kalau misalkan untuk anak-anak ya

A: Kalau untuk anak-anak remaja sih kayaknya lebih ke itu deh, film deh lebih ke film mungkin kadang kalau misalnya yang ngeliat film itu mungkin mereka kan langsung termasuk kan masuk ke dalam gitu lebih ngena kali kayaknya sih begitu.

Z: Kalau gitu apakah konten kesehatan mental remaja nih kayak mungkin yang pernah dilihat gitu dapat membantu informan lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?

A: Kenapa tadi?

Z: Kira-kira konten kesehatan mental remaja tersebut tuh membantu informan lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?

A: Sangat-sangat membantu makanya itu kita simpen yang kita singkatkan tulisan gitu kan itu kita simpen buat reminder juga.

Z: Terus informasi kesehatan mental di internet itu kira-kira lebih banyak manfaatnya atau bahayanya nih buat remaja?

A: Kesehatan mental ya? Kayaknya lebih ada bahaya, ada manfaatnya. Dua-duanya sih.

Z: Kalau boleh tahu, dijelaskan alasannya?

A: Kalau misalkan manfaatnya itu kan ya mungkin, eh kalau misalkan yang bahayanya dulu. Kayak bahaya kayaknya enggak ada deh.

Z: Kalau manfaatnya?

A: Kalau kesehatan mental remaja itu. Kalau misalkan di podcast, ya mungkin ada yang positif, ada yang negatifnya juga. Kalau misalkan yang negatifnya apa ya? kayak misalkan rasa ngeri gitu rasa ngerinya kalau misalkan kayak anak marah kadang yang suka sampai nyayat-nyayat kayak gitu

Z: Ohh iya itu bener sih ada self-harm sebutannya

A: Kalau itu sih yang paling ditakutin sebenarnya itu ya, kalau mungkin karena rasa anak apa ya mungkin ini kali ya... ada yang dirasa atau gimana mungkin pelariannya ke situ, nah itu juga kemarin-kemarin lagi ini kan ada juga yang sampai bunuh diri.

Z: Iya iya bener-bener banyak banget itu di berita. Iya sih bener. Soalnya, apa namanya, aku baca juga kan, kalau kesehatan mental itu juga prosesnya tuh kayak lama gitu buat sampai titik ada ide muncul pengen bunuh diri itu lama ternyata prosesnya.

A: Ohh gitu ya?

Z: Iya, jadi kayak kalau mungkin ketahan-ketahan kan banyak juga misalkan tekanan akademis kan, pendidikan, atau misalkan lingkungan sosial temennya atau bullying dan lain sebagainya kan itu ngaruh juga kan. Jadi kalau sampai, tapi data tuh bilang kalau ide doang ya, ide gitu. Lumayan banyak itu diberita cuman kalau sampai ngelakuin jarang sih kayak itu kalau udah di tahap mungkin udah kependem banget dan lain sebagainya kayak gitu sih.

A: Nah itu yang paling ngeri sih kadang sampai kitanya sendiri juga kadang kalau jadi-jadi kayak ngeri eh kalau nyimpen nyimpen apa nyimpen apa gitu jadi takut gitu ke barang-barang yang ini lah gitu itu yang bikin ngeri.

Z: Kaya pemicu-pemicunya juga bikin ngeri, kalo kaya gitu juga aku sendiri pun juga kurang suka kan kalo ada informasi kaya gitu jadi lebih aku skip juga gitu sih jadi ngeri.

A: Ngeri dengernya juga ngeri, jadi kalo misalkan liat kaya silet jadi merinding eeeuu pusing

Z: eumm ngiluu... terus abis itu kira-kira jenis konten informasi yang ideal menurut informan itu seperti apa? tapi tadi di mention juga sih film ya yang ideal kan, tapi kira-kira buat di sosial medianya nih mungkin kan sekarang ibaratnya tuh sosial media kan udah erat banget ya sama kita, ya kayak gak mungkin ya atau mungkin ada beberapa yang masih jangan gunain ada yang lupa menggunakan, tapi kan pasti mayoritas orang pada menggunakan media sosial, kira-kira jenis kontennya itu yang paling ideal itu seperti apa?

A: Yang idealnya itu ya kayak misalkan sekarang ini anak-anak lebih ya kalau misalkan apa ya aduh kemarin itu anak-anak kayak kayak gambar gitu loh kayak yang anime-anime gitu ya kayaknya ya maksudnya kayak apa sih yang kayak cerita-cerita gitu loh Apa ya??

Z: Aku sebenarnya nge-follow studio jiwa ya. Studio jiwa itu dia, kalau ini lukisan sih. Jadi kayak misalkan apa yang dipendam dalam hati tuh sampai ini lukisan. Kayak gitu juga mungkin.

A: Mungkin seperti itu ya. Jadi kan, kebetulan kan anak pertama itu kan ini kan senang gambar juga kan. jadi mungkin lebih ke situ, mungkin dia juga melihat dari situ juga dari pesannya itu pernah dikasih tahu, jadi ya seperti itulah pokoknya yang paling ideal ya kayaknya sih, mungkin kalau misalkan anak sekarang kan ngelihat zamannya ya mungkin yang beda sama kita gitu, mungkin misalkan kayak gitu dilengkapi dengan gambar atau apa gitu ya jadi yang biar menarik gitu.

Z: Kalau boleh tahu kira-kira itu nanti pertanyaan selanjutnya sih bentuk konten informasi terkait kesehatan mental remaja yang ideal itu seperti apa? ini bentuknya sekarang bentuknya

A: Contohnya seperti apa?

Z: Bentuknya misalkan kayak podcast atau video

A: Video kali ya, kalau podcast kadang anak-anak kurang sih kayaknya sih soalnya podcast kan lebih baik mendengarkan juga kayaknya lebih ke video video kan soalnya bisa jadi ada gambar contoh kasusnya dan lain sebagainya

Z: Kalau gitu harapan informan buat remaja nih buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental yang ada di media sosial saat ini?

A: harapan kayaknya lebih mendekatkan diri sama agama semuanya sih seperti itu mungkin kan kayak sekarang mungkin ya mungkin kan sekarang anak-anak ini kan kayak misalkan ada game-gamennya ya mungkin kalau kayak kalau misalkan saya juga sama mungkin dibawahnya itu mungkin lebih nih jadi lebih ke semuanya itu lebih ke agama deh kayaknya deh harapannya. Kita arahnya ke agama terus lebih dekat juga, makanya sekarang kan serem ya kesehatan mental anak-anak mungkin itu dari agamanya juga kan kayak mereka ngelakuin-ngelakuin hal-hal yang kayak tadi lah, tuh yang sampai ini terus juga kadang anak yang suka dan perlu pendekatan lah.

Z: Oke sekarang kita masuk ke digital parental mediation digital parental mediation, itu seorang orang tua itu mediasi kayak penengah gitu bagi anak-anaknya nah jadi setelah lihat informasi tersebut nih yang udah diceritain juga apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosialnya?

A: Hmm Dulu pakai family itu, jadi ketahuan mereka tuh menggunakan apa, misalkan menggunakan pakai family link gitu, jadi mereka kalau misalkan mereka buka apa-buka apa ketahuan. Kalau sekarang mungkin mereka privacy kali ya, jadi rusak.

Z: Ohh jadi kayak lebih bebasin aja gitu ya?

A: Iya, tapi paling dikasih tahu aja sih kalau misalkan ini ya. ya susah sih sekarang mah ini lebih anak-anak ya lebih sendiri sih, kita juga mantaunya juga susah paling ya jangan sampai malem dah gitu.

Z: ohh berarti berpada masih muda pada punya ponsel masing-masing ya

A: iya susah

Z: Kalau gitu bagaimana informan mengamati penggunaan media sosial anak remaja yang sebelumnya tau gak kayak anak remaja punya media sosial apa kayak gitu mengamatinya kayak gimana?

A: Tapi sekarang tiktok kayaknya tiktok ig kalau WA termasuk gak sih? WA termasuk sih, cuman biasanya tuh kalau whatsapp kan cuma buat komunikasi. baru itu ya paling lebih ke ig anak-anaknya kayaknya sama tiktok itu.

Z: Kalau boleh tahu informan sebelumnya itu melakukan pemantauannya itu kebetulan emang akun-akun itu ada ada di HP ibunya yang itu di pakai family link gitu?

A: Jadi family link itu kita nyimpen akun-akun dia ya kan, Nah nanti dari situ kan ketahuan mereka tuh buka apa aja gitu kan ada IG ada apa kadang kalau misalkan main game mati antara malam itu biasanya kita bisa kita ini kita matiin jadi HP nya udah nggak bisa kebuka lagi udah mati gitu. tapi sekarang mungkin karena anak-anak udah dewasa jadi mereka udah tau caranya sendiri jadi lah kok nggak bisa sih. Z: Ohh gitu udah tau ya susah... Kalau gitu, apakah informan pernah nih berdiskusi dengan anak remaja terkait kesehatan mental remaja yang beredar sekarang gitu di media-media? Pernah diskusi nggak misalkan? Kalau informan sebelumnya kan kayak dilihat nih kalau misalkan main game kelamaan nanti matanya bisa merah. Ada nggak diskusi-diskusi kayak gitu?

A: Ada ya. Ya lebih seperti itu sih. Main game jangan kelamaan. Terus jangan lupa belajar. Seperti kan kadang-kadang orang kalau main HP udah. langsung udah lupa segalanya lupa belajar lupa apa. Kadang kalau misal kita panggil dia sambil ngambek ngambek kayak gitu, kayaknya sih lebih mungkin kita waktunya aja kali ya maksudnya kadang sampai di kamar aja gitu, jadi ya udah jadi kita kasih inilah apa ya kita kasih pemberitahuan sama dia gitu, mungkin jangan terlalu malem, udah gitu aja sih, jangan lama-lama main HP, kalau ingat waktu ingin belajar ya belajar, udah begitu aja. Z: Oke, pertanyaan selanjutnya mungkin tadi udah diceritain juga sih, aku pertanyaan saya itu terkait media atau aplikasi yang yang mendukung peran ibu sebagai orang tua, itu tadi yang family link tadi ya, cuma sekarang udah enggak ya sudah susah?

A: Anak-anaknya sudah tahu caranya sendiri keluar dari situ

Z: Berarti kan dari tindakan itu ya udah jadinya jadi itu ada tiga ada tiga bentuk gitu ternyata orang tua itu melakukan pemantauan anak remaja itu ada yang emang dibebasin ada yang emang diwaktuin sama yang satu lagi ada di kayak di jadi temen kayak gitu berarti sekarang lebih kayak apa tuh kalau dari ketika tadi

A: Kalau diwaktuin main hp iya, mungkin temen kali ya di lebih dekat jadi gitu jadi iya dijadiin temen terus terkadang ya... kalau dijadiin temen itu mungkin kalau misalkan lagi main hp jadi mungkin kita suruh kita panggil kita buat apa mungkin kita bantuin buat kue atau apa gitu ya seperti itu aja sih kalau gitu ada kegiatan di dapur lah biar jadi rajin juga gitu ya ada kegiatan positif gitu...

Z: Rerus kira-kira informan menetapkan aturan khusus gini terkait membatasi penggunaan atau konten yang boleh diakses?

A: Enggak ada enggak ada sih enggak ada... mereka kalau begitu ngomong “aku kan udah gede mah” “eh aku juga tahu gitu” jadi harus tahu batas-batasan lagi tapi kita kasih arahan aja kalau mereka

Z: Ohh gitu oke Kalau gitu, seberapa sering nih atau pernah gak sih informan memeriksa riwayat pencarian atau hitori browser anak remaja di ponselnya?

A: Gak bisa, gak bisa. Dan mereka ada pakai password yang mereka masing-masing, kita gak tahu.

Z: Kalau gitu, apakah informan memiliki kontrol diri ini sepenuhnya setelah mengetahui informasi kesehatan mental remaja?

A: Kayak lebih dekat sama anak-anak. lebih kita mau ngasih apa ya arahan-arahan aja sih sama mereka gitu harus ya inget lah inget harus sayang sama diri mereka sendiri sih intinya sih seperti itu dan masa depan juga bisa lebih seperti itu.

Z: Terus kira-kira tantangan dan kendala apa yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya?

A: Kayak misalkan dia lebih senang ikut lomba menggambar itu kalau misalkan ada lomba menggambar dia tuh senang terus paling kita supportnya paling kalau misalkan apa yang dia butuhin kita memenuhi kebutuhan dia kayak misalkan alat lukisnya atau apa gitu terus kegiatan kayak anak yang nomor 2 dia lebih senang menari jadi yaudah kita dukung seperti itu.

Z: Kalau gitu pendekatan apa nih yang paling efektif untuk melakukan pemantauan?

A: lebih dekat terus cerita kita nonton nonton bareng di rumah gitu kayak nonton netflix ya sambil mereka kan cerita-cerita itu temen aku mah ini quality time mah gitu

Z: Kalau gitu saran nih untuk ibu-ibu di luar sana yang memiliki anak remaja agar informasi di media sosial itu lebih bermanfaat buat orang tua maupun anaknya?

A: Saran-saran kalau apa ya untuk di info apa informasi di kayak misalkan di Instagram atau dimana itu lebih lebih penting sih lebih penting kadang sesuai dengan apa ya apa yang kita alami ya, mungkin sering sering baca, jadi itu kadang buat masukkan kita buat masukkan kita juga gitu kalau misalnya apa yang kita alamin gitu kita bingung mau bertindak apa kadang kita baca dari situ... kadang ada cerita yang sama kita mungkin itu masukannya seperti itu sih kayak buat penenang diri terus masukkan buat diri kita sendiri seperti itu sih.

Z: Oke deh, udah sih sudah selesai pertanyaannya makasih banyak untuk waktunya



Lampiran 9 Transkrip Wawancara Informan 6

Transkrip Wawancara Informan 6

Z: Zahra Aulia Rahma

An: Anna Imam

Isi

Z: Oke, sebelumnya selamat siang. Perkenalkan, aku Zara Aulia Rahma, mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya, jurusan ilmu komunikasi. Jadi, maksud dan tujuan aku ini adalah aku lagi mengerjakan skripsi yang berjudul Informasi Kesehatan Mental Remaja di Media Sosial, Persepsi Ibu Generasi X dan Y. Nah, jadi semoga tuh skripsi aku itu bisa ada manfaatnya terutama terkait penggunaan literasi digital di kalangan ibu, khususnya ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja. Mungkin kita langsung ke pertanyaan pertama ya. Kalau boleh tahu namanya siapa?

An: Nama aku Anna Imam

Z: Untuk pekerjaannya?

An: Pekerjaan aku ibu rumah tangga yang banyak hal yang dikerjakan

Z: Untuk usianya?

An: Usianya 42 tahun

Z: Untuk pendidikan akhirnya?

An: Pendidikan akhir itu berarti aku D2 yaa D2 PGTK

Z: Selanjutnya kita ke latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki?

An: Ada dua.

Z: Oke, sebenarnya aku mau jelaskan kalau dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10 sampai 18 tahun. Kalau boleh tahu jumlah anak remajanya nih yang dimiliki berapa?

An: Ada dua.

Z: Oh, dua. Kalau boleh disebutkan usianya?

An: Usianya berarti 14 tahun dengan 16 tahun.

Z: Ohh, yang kedua 14, yang pertama 16?

An: Iyaa

Z: Oke, untuk jenis kelaminnya?

An: Laki-laki keduanya

Z: Kita lanjut ke kebiasaan penggunaan media ya. Yang pertama itu platform media sosial apa nih yang dimiliki informan?

An: Sorry, informan itu anak atau saya?

Z: Ibunya dulu

An: Aku, kalau aku media sosial aku nggak terlalu aktif ya ini ya media sosial dengan IG dan Facebook. Aku cuma pake WA aja sih yang aktif. ohh yaa sama Youtube paling.

Z: Oh ya, aktif. Kalau aku boleh sebutin tadi IG, Facebook, WA ya? Kalau boleh tau sejak kapan itu?

An: Sejak kapan? Mungkin 5 tahun yang lalu lah ya.

Z: Oh, 5 tahun yaa tiga-tiganya.

An: Ada mungkin lebih dari ya semenjak Handphone Smartphone Ada aja sih Mungkin ada 10 tahun yang lalu

Z: Ohh itu untuk apa tuh? Facebook?

An: Enggak Aku hanya WA aja

Z: Ohh WA aja Oke... Kalau gitu boleh ceritain gak sih Alasan informan tuh Memiliki platform tadi Ketiga tadi Instagram Facebook Dan Whatsapp Itu untuk apa? Boleh jelaskan mungkin dari Instagram dulu Alasannya buat apa?

An: nggak sih aku kalo IG, itu memang dari awal bikin sampai detik aku pakai.

Z: Tapi akunnya punya?

An: Akunnya punya dan itu juga kebetulan juga waktu itu bikin karena memang buat usaha ya dulu tuh, tapi nggak berjalan terus Facebook pun sama buat usaha, kalau sekarang yang aktif itu WA, kalau WA itu satu buat komunikasi ya buat komunikasi terus ya buat usaha juga sih.

Z: Ohh gitu oke kalau gitu dalam seminggu nih biasanya tuh informan itu mengakses media sosial itu seberapa sering dari instagram facebook sama whatsapp?

An: Dalam seminggu itu setiap hari

Z: Ohh setiap hari ya oke setiap hari kalau gitu perharinya itu berapa lama kalau diperkirakan perhari berapa lama?

An: Kan sehari 24 jam yaa, tidur itu 12 jam ya mungkin kurang lebih 10 jam lah karena saya cepat tidur

Z: Oke oke kalau gitu konten-konten umum seperti apa nih yang biasa informan konsumsi? di media sosial tersebut konten apa yang suka dilihat biasanya

An: lapor pak si lucu itu aja karena di rumah sendirian, jadi saya menghibur diri

Z: Ohh gitu... oh berarti konten itu kayak lebih hiburan ya

An: Benar hiburan aja sih yang aku lihat aku gak mau bikin pusing paling kalau memang berita ya media sosial paling yang sering aku lihat berita itu metro terus ya apa ya udah, paling TVR Parleman

Z: Kalau gitu alasan utamanya nih informan mengakses konten tersebut buat apa?

An: Buat biar tahu informasi yang satu yang kedua karena saya punya suami disitu, biar nyambung aja kalau ngobrol bahasanya.

Z: Okee, kita selanjutnya ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental. Jadi aku mungkin bakal jelasin dulu apa sih kesehatan mental yang aku dapet juga dari Google. Jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis dan sosial seseorang. Nah, ini tuh mempengaruhi bagaimana cara kita berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi hidup. Jadi, pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan seperti stres atau depresi, tetapi juga kemampuan individu untuk mengelola stres sehari-hari dalam bekerja secara produktif dan berkontribusi secara sosial. Kalau gitu nih, apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental sendiri?

An: Kesehatan mental itu berarti kan... kita tuh kan awalnya dari sehat itu, berarti kan untuk diri sendiri ya berarti sehat itu berarti tidak sakit jadi gimana caranya ibu yang di rumah ini kita sehat dengan sehat itu semua seisi rumah itu sehat semuanya... berarti kan sehat dengan sehat itu berarti happy bahagia sih,

Z: Jadi kata kuncinya happy dan bahagia yaa, Kalau begitu apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental?

An: Sejauh ini sih gak pernah sih... yaa tentang apapun kesehatan mental belum yaa ya gak pernah sih

Z: Okee gak pernah, kalau gitu apakah informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial?

An: Percaya kalau yang memang menyampaikannya memangnya itu kompetensi di bidangnya ya. Seperti misalnya dokter psikiater ya, dokter jiwa itu ya kita sejauh ini sih percaya ya dengan informasi. apa namanya, apa yang dibicarakan tapi sejauh ini aku gak pernah buka sih tentang kesehatan mental gak pernah kepo-kepo juga gitu ya

Z: Okee, ini kita selanjutnya itu terkait jenis konten jadi aku mungkin jelasin dulu jenis konten itu ada apa jadi jenis konten itu merupakan isi atau topik kontennya itu tuh ada berupa edukasi, hiburan, informasi, atau berita ada testimoni, ada promosi atau iklan, tutorial maupun opini Nah, dan kalau dari sudut pandang aku, nih sebagai generasi Z, itu aku ada beberapa akun konten kesayangan mental itu namanya @menjadimanusia.id, itu di Instagram. Jadi itu dia itu Menjadi Manusia itu setiap... seminggu sekali dia ngadain seminar itu tuh kayak orang-orang berkumpul membangun kekeluargaan, terus abis itu ada lagi yang namanya @studiodjiwa kalau @studiodjiwa itu dia itu lebih kayak menggambar jadi apa yang dia rasakan itu dia ekspresikan lewat gambar dan nanti diposting dan nanti ada kayak captionnya gitu kayak pokoknya mengajak orang gitu lah buat sama-sama kita mengekspresikan diri terus ada yang @behome.id kalau @behome.id ini lebih dikhususin tentang orang-orang yang broken home gitu, dan di situ setiap minggu ya sama kaya @menjadimanusi.id, kaya ikut berkumpul jadi biar gaak ngerasa sendiri, kalau kita tuh ada ko orang-orang yang peduli sesama teman ibaratnya, kalau gitu jenis konten kesehatan mental seperti apa yang kira-kira informan butuhkan?

An: Ngebutuhin apa-apa ya saat ini aku gak ngebutuhin apa-apa... tapi kalau misalnya ya anak aku ada masalah apa bagaimana biasanya selalu kalau aku ya menjadikan anak itu menjadi teman... jadikan dia teman dan kalau dibilang dan kita seorang yang sensitif ya misalnya anak kita ada masalah sebelum dia bertanya saya udah cerita dengan kehidupannya saya nanti relate untuk kehidupannya dia nanti lama-lama dia akan cerita gitu loh akan cerita akan terbuka sendiri sih.

Z: kalau gitu jenis konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan mudah dibaca di informan dari aku yang jelasin tadi apakah hiburan, edukasi, informasi, atau opini atau berita atau gimana?

An: Kalau aku sih paling buka konten itu konten sesuatu yang memang apa namanya menghibur aja sih gitu, tapi untuk buat anak kesehatan mental apaa, sejauh ini gak pernah yaa...

Z: Okee berarti kalau gitu apakah informan pernah meragukan gitu atau merasa bingung dengan informasi tersebut? Soalnya emang banyak banget kasus-kasus nya pada remaja yaa itu, istilah yang namanya self diagnosa gitu, jadi apa yang informasi apa yang tersebar di media sosial itu kadang suka kayak iya deh kayak kayak gue deh ini atau kayak aku deh padahal belum tentu karena kan berarti itu belum tentu dia kena kesehatan mental cuman karena berita-berita tersebut dia ngerasa dirinya kayak mendiagnosa, padahal belum tentu kan dia kan juga belum ke psikolog atau ke psikiater kayak gitu jadi takutnya ada informasi yang kurang valid gimana gitu kan dan biasanya juga yang aku baca sih dia tuh merasa relate itu di kayak gitu tuh di media sosial terutama tuh kayak ada komentar-komentar negatif atau dia tuh apa ya kayak FOMO gitu istilahnya jadi kayak misalkan orang mau... ini jadi tuh ada orang mau ini tuh dia tuh jadi kayak ikut-ikutan gitu jadi kayak nanti muncul anxiety ya kecemasan kayak gitu sih, jadi kira-kira pernah meragukan nggak atau merasa bingung gitu?

An: karena sejauh ini anak-anak namanya jauh juga ya di asrama jadi mereka juga kalau misalnya untuk komo kegiatan yang dibawa negatif atau bagaimana enggak ya terus pun dikala memang mereka di rumah misalnya apa namanya kegiatan yang kalau dibidang di luar rumah sejauh ini masih aman-aman aja sih karena aku balik, lagi ke anak-anak itu tidak menjadikan mereka tuh, ya kalau dibidang tidak ada jarak lah ya bahkan Alhamdulillah, sejauh ini anak-anak pun apapun diceritakan ke orang tuanya... nah itu fungsinya kalau dibidang kita jadi teman ke anak ya gitu karena kita membiasakan membiasakan diri ke anak kita membuka pemikiran kita nah bahkan anak sendiri nanti lama-lama terpancing untuk cerita. Z: Kalau gitu bagaimana informan mulai menyadari nih bahwa informasi kesehatan mental itu penting gitu Menyadari kayak, oh ternyata emang walaupun saya nggak terlalu ini, cuma ternyata penting juga gitu. Kapan yang mulai menyadarinya atau bagaimana?

An: Kalau buat aku sendiri, ya balik lagi tadi, karena belum butuh ya. Karena sejauh ini alhamdulillah aman-aman saja. Kalau buat ini, maksudnya ini pertanyaan buat aku atau buat orang di luar sana? Karena kan aku tidak merasakan hal itu.

Z: Mungkin buat luar sana sih juga nggak apa-apa. Buat luar sana, maksud aku dengan... menyadari bahwa informasi kesehatan mental itu menjadi penting. Informasi itu menjadi penting. Ya, tadi yang mungkin aku ceritain juga kan ternyata emang banyak loh gen Z, apalagi remaja kayak tadi self-diagnose, terus dia mengalami kecemasan juga dan lain sebagainya. Ohh ya ini juga katanya ada beberapa informasi sebelumnya juga bilang kan, jadi anaknya tuh suka game gitu. Jadi kadang dia tuh kalau ada informasi tentang game-game itu suka... di share gitu karena kayak nih kamu kalau jangan terlalu main game terlalu sering karena matanya jadi merah dan sebagainya gitu jadi dia apa namanya suka walaupun bukan mental tapi dia peduli gitu ke anaknya

An: Kalau aku dari awal pertama kali anak itu pegang handphone jadi memang kita sudah kasih informasi bahayanya handphone bagaimana nah fungsinya handphone itu kan kita buat intinya itu jadi yang memang dibutuhkan poin pentingnya itu... nah ketika sekarang sudah besar, sudah dewasa mereka pun tahu ya, saya pasti yakin kalau sudah dewasa tuh tahu ya mana baik dan mana buruk... nah memang dari kecil itu mereka sudah tahu bahayanya, bagaimana jadi kalau mereka sudah besar saat ini, walaupun mereka main handphone, waktu-waktunya tertentu gitu, dan mereka tuh tahu gitu loh, waktunya saat yang memang misalnya ketika makan mereka berhenti, terus ketika waktunya sholat mereka berhenti, terus bangun tidur pun saya membiasakan ke anak-anak untuk membersihkan semua, apaa item yang sudah dipakai, dirapikan kembali jadi untuk main handphone saya yakin anak-anak saya paling itu waktu yang kalau dibidang waktu yang tidak banyak ya gitu jadi di sela-sela waktu kosong mereka, mereka buka handphone gitu pun aktivitas mereka memang sudah ada di schedule kan ya di kalau libur itu.... jadi memang waktunya tidak untuk membuka handphone dan bagaimana ya, saya yakin mereka ngebuka sesuatu yang memang penting kenapa saya bicara seperti ini karena memang handphone kita connect gituuu jadi saya bisa melihat apa yang mereka lihat gitu bahkan misalnya pun mereka melihat sesuatu misalnya kan kalau di IG kan kita gak bisa liat sesuatu yang eh sorry di IG itu kan kita gak bisa filter ya sesuatu yang memang aneh... nah itu ketika mereka sudah tonton kalau ada waktu kosong kita ngobrol dan saya bicarakan "tadi nonton ini ya? Kenapa?" nah mereka akan "iya tadi soalnya kepo pengen ini" oh ya sudah karena tau cerita dari temen ...ya sudah kita kasih sisi kita kasih apa namanya bukaannya ini ya kita apa ya kasih masukan itu tuh positif dan negatifnya, bagaimana gitu tapi nanti kembali lagi anaknya oh iya gak cuman lihat doang kok paling intinya itu dan saya lihat dan anak saya gak ngebuka lagi untuk hal-hal yang seperti itu.

Z: Kalau gitu apakah informan mengetahui nih tentang konten kesehatan mental yang memang khusus di peruntuk an remaja?

An: Sejauh ini aku gak pernah lihat dan kalau dibilang gak pernah buka konten kesehatan mental, nah cuman yang dipastikan kalau saya kalau buka sesuatu memang saat yang butuh ya... saat yang butuh dan kalau dibilang langsung kita ke ahlinya gitu, jadi nggak yang sekarang ini hari banyak ya yang mengadakan webinar-webinar, yang kalau dibilang bukan ahlinya gitu, jadi saya pikir untuk apa saya ngebuka sesuatu yang kalau bilang... satu tidak penting, yang kedua misalnya ikut ke seminar, kegiatan apa yang memang untuk kesehatan mental yang kita masih meragukan... maaf ya dengan kesehatan mental permasalahan kita kan beda-beda gitu, pun apa namanya menjelaskannya dan kalau dibilang saya takutnya khawatirnya tidak tepat jadi makanya lebih baik saya ke ahlinya atau memang ke dokter psikiater itu lebih jelas gitu.

Z: Kalau gitu kita lanjut ke pengalaman nih terkait kesehatan mental kira-kira pernah gak sih informan tuh dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?

An: Dari orang tua kayaknya enggak ya soalnya ya mungkin kalau kesehatan mental, mungkin kehidupan yang kalau dibilang orang tua jalani itu bisa kita jadi contoh sih apapun yang memang apa namanya kerja kerasnya mereka apa namanya rajinnya ibadah... mereka itu kan secara tidak langsung itu mengajarkan kita ya gitu yang tidak harus banyak dibicarakan tapi mereka praktek langsung. Secara tidak langsung kita mencontoh itu semua sih sama seperti yang saat ini saya lakukan, saya pikir anak sekarang itu tidak usah yang kita banyak untuk apa namanya kita mengajarkan dengan teori ya jadi ya sudah praktek saja langsung bahkan dengan praktek langsung mereka paham gitu loh, Insya Allah sih sejauh ini lebih baik seperti itu ya jadi mereka merasakan bagaimanaanya gitu.

Z: Kalau gitu nih kita langsung ke bentuk konten jadi sebelumnya aku jelasin dulu bentuk konten itu mencakup ada teks kayak teks itu kayak artikel caption atau treat Terus ada gambar, gambar itu kayak poster atau infografis. Terus ada video, video itu kayak video short di TikTok atau Reels atau Vlog di YouTube. Terus ada audio, audio itu berbentuk podcast. Terus ada juga live streaming, live streaming mau dari YouTube ataupun dari TikTok. Dan ada carousel, carousel itu kayak slide gitu dan itu ada di, biasanya ada di TikTok atau enggak ada di Instagram, Itu bentuk konten-kontennya. Terus pertanyaannya adalah, kira-kira bentuk konten informasi kesehatan mental apa nih yang paling apa ya paling tertarik atau paling kayaknya cocok deh buat dilihat kayak gitu bentuknya seperti apa?

An: karena aku anak visual ya jadi aku lebih seneng lewat gambar aja sih lewat gambar dan kalau dibilang bisa dibaca ya aku lebih seneng itu karena sejauh ini aku masih suka yang nulis gitu masih suka yang baca gitu bahkan kalau misalnya konten apa yang memang kan kalau konten itu kayak tiktok tuh kan gak lama ya gitu dan itu apa namanya gak lama dan apa namanya cepet banget kan pengalihan gambarnya dan gak tau ya itu kurang menarik aja kalau kata saya... jadi aku kalau memang lagi duduk diam jadi mendingan lebih baik apa yang memang aku apa lihat gitu ya itu aku ingat dan itu aku tulis, kalau memang itu penting kayaknya kalau untuk apa ya lihat YouTube atau bagaimana sebenarnya sih suka ya cuman nggak tahu ya karena aku anaknya kinestetik ya gitu anaknya nggak mau diem jadi kalau untuk apa namanya mendengar sesuatu yang memang panjang gitu ya itu benar-benar gimana ya bosan gitu, ya jadi mendingan kalau memang ini memang lagi duduk diam itu kan tidak lama ya lihat gambar nah itu baru kita ambil gitu maksudnya, penting nih buat anak apalagi anak dewasa ya tapi sejauh ini sih lihat gambar yang memang penting edukasi seperti itu tidak ya maksudnya jarang sekali aku melihat seperti itu biasanya kalau lihat memang apa ya buat ini apa namanya merapikan rumah atau ngebagusin rumah kayak gitu sih baru aku lihat karena visual banget aku anaknya.

Z: Siap siap siap kalau gitu informasi soal kesehatan mental ini di internet ini yang tersebar gitu kan itu kira-kira lebih baik manfaatnya atau bahaya ini buat remaja?

An: Menurut informasi banyak manfaatnya sih ya, harusnya kalau memang mereka mau ngulik banyak manfaatnya apalagi dengan kesehatan mental udah gitu mereka cari tahu bagaimana menyembuhkan ya misalnya untuk anak remaja itu bagus banget gitu... daripada misalnya disampaikan oleh teman yang memang belum tentu itu benar penyampaiannya atau disampaikan sama orang tua yang memang yang mana kalau yang namanya anak ya sedang ada masalah, orang tua masuk ke dunia dia atau memecahkan mencoba untuk memecahkan masalah itu belum tentu anak itu dengar. Jadi dengan dia mencari berarti saat itu kalau dibilang dia sudah siap dengan apa informasi yang akan diterima seperti itu sih karena inisiatif dari diri sendiri.

Z: Kalau gitu nih jenis konten yang tadi aku jelaskan kayak hiburan, edukasi dan lain sebagainya, kira-kira jenis konten informasi yang ideal menurut informan itu seperti apa? khususnya informasi tentang kesehatan mental kira-kira apa?

An: Yang ideal ya memang harusnya sih mencari orang yang tepat, apa yang dibicarakan dan mungkin dari sisi apa yang dibicarakan itu mungkin ada sisi benarnya jadi memang harus dicari yang memang benar-benar orangnya yang memang berkompetensi di bidang itu.

Z: Kalau aku ada sih di TikTok namanya itu kayak Sunda Rindah gitu. Dia emang udah lulusan psikolog S2 dan dia tuh ada di YouTube juga, ada di TikTok juga. Dia suka share kayak lebih ke tips-tips sih. Kayak biar supaya kita hidupnya tuh ya tidak negatif terus atau overthinking kan sering banget ya sekarang. Overthinking dan lain sebagainya tuh kan bisa memicu juga kan kesehatan mental. Kalau gitu bentuk konten informasi apa nih yang ideal untuk anak remaja bentuknya sekarang? Podcast kah? atau live streaming atau foto video dan lain sebagainya apa yang ideal?

An: Kalau aku gini kalau untuk yang ideal di media sosial anak-anak itu biasanya, karena anak-anak sekarang ini kan dia lebih senengnya game ya, kalau di game itu sendiri aku lihat karena anak-anak di rumah main game juga yang tidak kecanduan banget ya jadi biasa aja jadi yang aku lihat dari sisi mereka bermain itu bukan, jadi semangatnya karena kan mereka main itu main perang-perangan ya semangatnya terus yang kedua kalau misalnya lihat konten yang kalau dibilang untuk kesehatan mental sejauh ini saya gak pernah lihat anak-anak buka itu terus juga walaupun memang kita anak dalam kehidupan sehari-hari misalnya kayak tadi konten itu ya Kalau aku lihat sih, mereka biasanya lihatnya di film sih Film yang memang mungkin lebih tersentuh ya, apalagi anak-anak saya tuh memang bener kalau dibilang Anak yang kalau dibilang, maaf ya Anak anteng gitu loh, diem, tenang gitu ya, Dan dia tuh menikmati Karena kita membiasakan kalau pulang malam itu Suami saya tuh nonton Nonton yang memang semua kehidupan yang kalau dibilang di film itu kita suka oh iya ambil sentuhan dari itu gitu loh dan yang dicari dari cerita di film itu kita ambil gitu.

Z: Kalau gitu harapan informan nih buat remaja di luar sana terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital yang saat ini yang pastinya kan informasi udah kesebar dimana-mana kadang kita gak tau ya informasi itu bener atau tidak kira-kira harapannya buat remaja terkait kesehatan mental gimana?

An: Jadi kalau aku harapannya kayak sekarang nih anak-anak sekarang asrama nanti kayak Afan kan anak kedua itu kan udah selesai tuh, dia mau sekolah di luar ketika dia sekolah di luar sebenarnya sih ya memang rada khawatir ya, khawatir apalagi teman-teman. Dan kalau dibilang anak sekarang ya kalau dibilang ya nggak semuanya negative, ada yang banyak bahkan kalau dibilang jadi yang kita harapkan ke anak-anak adalah kita cari lingkungan yang baik lingkungan yang sehat dengan lingkungan yang baik, teman-teman yang baik kita terbawa positif terus kalau untuk apa namanya dengan lingkungan kita positif pastinya terbawa yang baik untuk kegiatan mereka pun mau apa namanya mereka mau pilih dengan kehidupan yang mereka Insyaallah pasti kehidupan yang baik gitu. Jadi karena Sejauh ini kayak anak-anak ya waktu kemarin kumpul saya lihat dengan kehidupan anak-anak di luar sana ya, yang SMP itu punya bahasa yang bagaimana, pakaiannya bagaimana, terus sudah berteman dengan lawan jenis gitu ya. Ya saya hanya melihat dan ketika pulang saya bertanya ke anak-anak dan alhamdulillah sejauh ini anak-anak tidak terpengaruh karena apa? Karena memang basic dia dari kecil sudah kuat. Kita tanamkan dengan ilmu agamanya gitu jadi mereka tahu mana sisi yang memang baik mana sisi yang tidak baik jadi cukup yang kalau dibilang yang mereka pikir itu tidak baik mereka hanya melihat lalu ketika kita tanyakan dan mereka paham gitu loh oh ini cuma ini kok oh ini ini gitu... terus kalau kita sampaikan dengan cerita seandainya terus mereka hanya bertanya kalau seandainya ya aku gak akan mau gitu salah satunya misalnya dekat dengan lawan jenis mau gak deh gini aku gak mau, terus kalau misalnya dia suka, ya terus gimana aku gak mau seperti itu, jadi sesimple itu kita gak yang ngomong panjang lebar, dan anak ini kalau dibilang gak mau, ya terus harus bagaimana seperti itu sih.

Z: Berarti kayak diskusi juga penting ya kalau gitu nih kita masuk ke digital parental mediation jadi setelah mengetahui tadi informasi tersebut, apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosialnya? Mungkin boleh diceritain juga anaknya menggunakan media sosial apa gitu?

An: Ohh iya pastinya, Sejauh ini sih yang aktif Hp aja sih. Karena yang lain-lain kayaknya mereka nggak pakai. Udah sih itu aja.

Z: Berarti melakukan pemantauan kebiasaannya tuh seperti apa?

An: Mantau nya itu karena kan kita terkoneksi nih gitu handphone kita dan saya tahu ada informasi apa ada kegiatan apa untuk anak-anak pun mereka sebelum apa namanya apa-apa pasti akan bertanya gitu “bu boleh nggak ini gitu ada kegiatan” apapun pasti mereka bertanya terus juga memang sebelum anak ini bertanya kita tahu oh ini seperti kakak kan kemarin dia mau ikut komunitas nembak saya kembali lagi tanya ke anaknya, anaknya memang mau nah tapi dengan anak yang mau kira-kira kemampuan dia dengan dia nembak terus nanti beli peralatannya taruh dimana itu? yang kita

harus tanyakan dan diskusikan ke anak gitu... nah ketika anak itu bilang nanti ada ini ada penyawaan, nah oke ada penyawaan nanti barangnya taruh dimana sedangkan ini kan senjata tajam. Senjata tajam yang mana memang itu tidak bisa dibawa kemana-mana dan itu harus ada surat. Nah, kebetulan anak saya kan masih di bawah umur 17 tahun. Jadi, itu yang harus kita pikirkan dan itu yang harus kita diskusikan. Ketika kita sudah diskusi dan anak itu menyatakan, iya ya, bahaya juga ya, nggak bisa dibawa kemana-mana. Iya, gitu. Jadi, ketika dia sudah berkata, ya sudah lah, tidak usah, ya sudah, berarti selesai masalahnya.

Z: Selanjutnya nih, Apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental?

An: Kalau untuk diskusi sih enggak ya diskusi yang intens sekali untuk ngomong kesehatan mental tapi kalau apapun anak-anak itu di membiasakan apa-apa cerita, dan kalau dibilang anak-anak walaupun anak saya laki ya tapi sejauh ini mereka tuh terbuka dengan banyak hal dan itu mereka pasti apa-apa bertanya terutama ke ibunya karena saya membiasakan ibunya ini menjadikan dia adalah teman curhat, kalau terbuka dengan anak kayak gitu kan anaknya selainnya punya teman lagi Z: kalau gitu kalau gitu Apakah ada media atau aplikasi yang menurut informan ini bermanfaat dalam mendukung peran ibu sebagai orang tua?

An: Media ya, media apapun ya?

Z: Iya, media atau aplikasi.

An: Media atau aplikasi, kalau dulu sih ruang guru ya. Ketika anak-anak sudah sekolah di asrama, sejauh ini sih kita nggak pakai aplikasi apapun sih. Paling ini AI aja sih, karena kalau AI itu kan... satu saya biar ngobrol curhat sama si AI itu yang kedua kalau anak-anak memang kita sarankan terutama kakak kan di sana kan dia pakai laptop ya jadikan bisa untuk buka komunikasi bisa handphone gitu ya penggantinya handphone jadi itu pakai AI sih buat misalnya ada soal yang nggak dia pahami gitu jadi dia pun dari awal sudah tahu gitu perkembangan AI bagaimana jadi apapun dia bertanya untuk pelajaran biasanya di sana.

Z: Kalau gitu bagaimana informan menetapkan aturan khusus nih terkait membatasi penggunaan ataupun konten yang boleh diakses oleh anak?

An: Kalau aku balik lagi nggak melarang anak untuk apa namanya gak boleh buka konten itu ya memang bagaimananya tidak. Dan sejauh ini Alhamdulillah anak-anak sudah paham yang memang itu harus dibuka yang mana memang itu tidak gitu... karena kembali lagi tadi aku kan mengakses semua apa yang mereka buka ya jadi aku lihat sendiri gitu tidak apa ya namanya tidak melarang pun misalnya nauzzubillah ya mereka buka kontennya seperti itu, aku cukup tahu cukup tahu dan itu akan kami akan bicarakan ada apa dan kenapa gitu seperti itu sih.

Z: Kalau gitu seberapa sering nih informan memeriksa riwayat pencarian atau history browser anak remaja di ponselnya?

An: Setiap hari sih karena itu sudah ter-connect dari handphone jadi tanpa saya apa namanya, saya cari tahu anak saya buka apa, saya tahu karena itu sudah terkoneksi langsung ke handphone dan ke laptop

Z: Kalau gitu berarti informan kira-kira memiliki kontrol diri sepenuhnya kan nih setelah mengetahui informasi-informasi kesehatan mental?

An: Iya mengontrol sepenuhnya, karena anak itu kan titipan dari Allah jadi semua apapun yang mereka lakukan semua apapun yang mereka kelihatannya yang mereka lakukan. Saya sebagai orang tua harus tahu gitu jadi seandainya anak tidak apa ya tidak bercerita pun saya tahu, oh dia lagi gak enak hati oh dia sedang ada masalah oh dia ada masalah dengan si A gitu jadi secara tidak langsung anak ini tidak bertanya atau tidak cerita saya akan menceritakan ya memang kalau dibilang mendekati dengan hal itu jadi mereka terbuka tanpa tanpa mereka cerita... mereka akan mengambil kesimpulan dari Oh iya ya gitu seperti itu sejauh ini karena anak-anak biasanya anak laki-laki kan kalau ada masalah karena sekarang sudah mendekati dewasa ya biasanya mereka kalau memang ada masalah apapun biasanya mungkin ketika saat itu sedang ada masalah, mereka tidak cerita itu mereka pendam caranya saya sebagai orang tua saya harus lebih sensitif ya, apalagi saat itu memang misalnya anak saya ada masalah biasanya udah saya ikut gimana caranya saya bisa masuk ke dunia dia gitu dengan dia mendekati dia terus tidak yang terlalu banyak untuk saya bertanya tapi saya banyak bercerita dengan kehidupan yang kalau tidak hampir-hampir sama dengan cerita masalahnya mereka gitu jadi secara tidak langsung mereka akan tersentuh itu jadi perlu untuk apa ya penyelesaian masalah.

Z: Oke oke kalau gitu kira-kira tantangan atau kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya?

An: Tantangannya kalau dibilang sejauh ini saya gak pernah yang bagaimana sih ya santai aja... paling apapun saya selalu mengingatkan anak-anak apabila kamu ada masalah nak apalagi jauh dari

ibu jangan lupa untuk cerita sama Allah, terus yang kedua kalian kan butuh teman untuk bagaimana ya untuk membuka dan kalau dibilang jangan itu semua dipendam... jadi intinya ceritakan kepada Allah, yang kedua kamu punya buku punya pulpen biasakan apapun yang memang kamu ingin ceritakan ditulis dengan semua apa yang kamu ingin curhatkan sebelum ke orang lain. Apabila memang sudah terasa lebih ringan permasalahan yang kamu saat itu rasakan gitu ya sudah lebih tenang Alhamdulillah kamu mau cerita ke teman kamu boleh tapi lihat dulu apa ya profil dari orang itu bagaimana... apakah dia dewasa apakah dia memang bisa untuk menyelesaikan masalahmu tapi apabila kamu tidak percaya dengan orang tersebut ya sebaiknya kamu bisa ceritakan ke orang yang dewasa yang kamu anggap dia orang baik dan itu kamu anggap dia adalah orang tuamu karena jauh dari orang tua kalau dulu ketika anak-anak di rumah saya kalau dibilang anak-anak apapun diceritakan.

Z: Kalau gitu pendekatan apa nih yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja?

An: Yaaa pendekatannya tadi jadikan anak-anak itu teman dan biasakan apapun yang mereka ceritakan kita dengar walaupun misalnya kok ceritanya aneh ya?? kok masalahnya jadi tambah melebar ya?? kok apa namanya ini anak kayak nggak bisa mencahaya masalah ya seperti itu... dan itu kita hargai Oh hebat Oh iya ya hebat itu biasakan kita menghargai kita kita hargai apapun keputusannya mereka... karena belum tentu menurut kita baik itu belum tentu itu jadi selesai dengan permasalahan itu, jadi biasakan apalagi anak laki-laki biasakan dia bisa memecahkan masalahnya dia dengan dengan ceritanya dia dengan masalahnya dia itu selesai dengan masalahnya dia sendiri, nah kalau pun dia butuh pendapat baru kita kasih masukan itu tapi kalau dia tidak memang butuh pendapat dia hanya butuh cerita ya udah kita jadi pendengar yang baik.

Z: Kalau gitu nih pertanyaan terakhir boleh dong saran nih untuk ibu-ibu yang di luar sana yang memiliki anak remaja agar informasi di media sosial itu lebih bermanfaat buat orang tua maupun anaknya?

An: saran aku sih, karena informasi itu kan banyak ya, yang baik, yang tidak baik gitu jadi kalau kita mengajarkan ke anak itu nah kembali lagi apapun masalah atau mental kalau kamu lagi drop itu biasakan kamu menenangkan diri itu salah satunya bikin hati kamu happy kalau ada masalah kan happy itu kan susah itu salah satunya apa? salah satunya dari kita itu harus sehat sehat itu apa? sehat itu pagi hari biasakan minum air putih udah minum air putih kalau kerasa hari itu tuh kayaknya kayaknya akan berat nih masalah kedepan nih kayaknya lagi kusut nih hari itu nah itu salah satunya adalah apa kalau memang ada ruang waktu kosong itu biasakan olahraga pagi atau jalan pagi dan kita jalan pagi kita melihat dunia kita melihat dunia intinya yang dari kecil aja dulu kita bangun tidur ya kalau sholat sih pasti ya, sholat lah ya habis selesai sholat kegiatan beres semua kasur apa kamar gitu ya Nah itu berasa kayaknya pengen healing, healing gak usah jauh-jauh, healing itu jalan jalan, kita sapa orang kalau ketemu orang, kita kasih senyum dan kalau dibilang kita bersyukur hari itu dan biasakan kita menghirup pagi Alhamdulillah berkata seperti itu nah itu di pagi hari kita jalan kita ketemu orang kita menyapa orang gak usah jauh-jauh menyapa orang tuh selamat pagi cukup dengan itu kita bisa utarakan dari mulut kita yang mana orang yang kita kenal itu kita nggak kenal itu hati kita bahagia itu sih karena anak sekarang tuh susah untuk menyapa ya kalau saya ini anak sekarang itu susah untuk menyapa susah untuk ramah ke orang lain nah itu yang kedua biar anak itu ya udah selesai dari olahraga tadi, biasakan dia sholat, sholat apa? sholat duha, dengan dia sholat duha di pagi itu, dia bisa di pagi itu cerita dengan semua keluhan kesahnya dia, dia bisa cerita semua apa yang dia rasakan hari itu, misalnya terasa suntuk, terasa capek dengan semua beban yang Allah sudah berikan, nah itu semua nanti akan ada jawabannya dari Allah, Allah akan berkata seperti ini biasanya yang sudah aku lakukan kamu tuh orang kuat Nah itu di hati kecil itu akan berkata seperti itu kamu tuh orang kuat hanya kamu yang bisa menerima masalah ini karena Allah yakin kamu bisa menyelesaikan masalah ini Nah dengan kita punya hati kecil kita berkata seperti itu itu akan terpacu kita tuh akan lebih ringan karena apa Karena Allah percaya dengan semua apa yang sudah diberikan. Apa yang sudah masalah yang diberikan sama Allah itu kita bisa menyelesaikan masalah itu. Seperti itu sih. Jadi kembali lagi kita sebagai orang tua kita harus selalu mengingatkan. Karena sejauh ini anak saya jauh ya. Jadi saya hanya bisa berkata seperti itu. Dan kalau pun misalnya nanti di rumah ya. misalnya pun di rumah dia ada masalah yang kalau dibilang yang mana masalah itu dia nggak cerita atau bagaimana ya kita cukup lihat dari apa ya namanya dari gerak-gerik dia lah ya dari gerak-gerik dia yang mana yang cemas yang memang dia bingung dengan ya yang biasa dia tidak lakukan terus dia lakukan misalnya gitu ya misalnya misal contoh jadinya kok kamar berantakan gitu terus tiba-tiba dia berangkat buru-buru berarti kan ini ada masalah gitu ada apa nih gitu apakah hari itu dia kesiangan apakah hari itu dia ada ujian apakah memang hari itu ada memang kalau

dibilang masalah yang belum selesai gitu jadi itu mungkin kita bisa tanyakan nanti gitu ya ketika sudah makan anak itu sudah tenang sudah kenyang nah itu bisa kita tanyakan ada apa nah sejauh ini ya Insya Allah anak-anak itu Dia akan cerita Kalau kita yang memang orang tua itu Tidak kepo dengan kehidupan ini Karena anak sekali itu sudah suka yang banyak ditanya Apalagi anak laki ya Tidak suka yang banyak ditanya Tidak suka yang terlalu kita kepo dengan bagaimana Nah saya tuh biasanya gini Anak itu dekat dengan siapa? Anak itu dekat dengan siapa? Misalnya dia berteman dengan si A. Nah kita lihat, oh si A tuh begini, oh si A tuh begitu. Kenapa dia nyaman? Oh karena mungkin dia anaknya kalem, karena dia anaknya baik, karena dia anaknya soleh. Nah itu, kita cari tahu si A itu bagaimana dan kita dekati sebagai orang tua, kita harus dekati orang tuanya si A. Nah, dengan kita tahu, oh polanya si A itu seperti ini, kenapa anak saya nyaman dengan si A? Karena si A seperti ini. Nah, jadi kita lebih kepo dengan si temannya teman ya dekat jadi dia secara tidak langsung misalnya eh tadi ibu lihat si A loh terus si A juga baik ya ke orang tuanya terus si A juga tadi begini cerita terus ibu kan salaman terus dia ibu ketemu terus dia salaman terus dia juga ibu tanya sama si A kamu tadi dimana terus dia tahu berarti dia tahu banget kamu nah itu secara tidak langsung anak senang Oh berarti Mama aku tuh deket ya sama si A jadi enggak salah dong kalau aku deket sama si A karena memang si A itu memang baik versi orang tua aku aja setuju aku main sama si A nah berarti dari situ kita sinerginya tuh dapet gitu jadi antara orangtua dengan anak jadi jika lah dia mau cerita itu nyambung gitu salah satunya yaitu yang tadi Mbak Zahra tanyakan gitu ya.... saya suka buka media sosial apa, itu saya buka TV parlemen yang mana kalau dibilang di luar sana orang cerita gosip apa gue nih, saya jujur saya gak pernah tahu dengan hal itu karena saya tidak mau menghabiskan waktu saya untuk melihat sesuatu yang negative...walaupun memang di luar sana banyak yang kalau dibilang positifnya ya dari buka gosip apa media sosial kalau saya karena saya pikir hidup ini itu kita berjalan jadi kalau kita melihat sesuatu yang sudah negatif atau sesuatu yang kalau dibilang kita buang waktu kita itu sayang karena hidup kita... kembali lagi saya tuh sayang anak berarti salah satunya dengan kita sayang anak yaitu apa kita dititipkan anak kita harus banyak berdoa untuk anak yang kedua yang kita pikirkan adalah kita sayang anak berarti kedepan itu anak tuh punya kehidupan... bukan berarti mereka itu harus lebih baik daripada kita yaitu salah satunya kita harus mikir investasi, investasi apa nih yang baik untuk anak nah ini nah berarti kita mulai detik ini kita sudah siapkan secara itu semua akan dibutuhkan gitu entah kapan pastinya itu akan dibutuhkan jadi salah satunya itu jadi saya selalu membuka sesuatu yang kalau dibilang ya saya anggap itu gak penting ya buat apa gitu makanya saya bilang saya mendingan menghibur diri saya karena saya yakin kalau ibu bahagia itu semua istri rumahnya bahagia seperti itu

Z: Terima kasih banyak untuk sharingnya, untuk waktunya

Lampiran 10. Open Coding Informan 1

Data Informan

Nama Lengkap : Endah Susanti

Alamat : Sawangan, Depok

Usia : 47 Tahun

Latar belakang Pendidikan : S1

Usia anak remaja yang dimiliki : 2 (Perempuan dan Laki-laki)

Wawancara dilakukan pada hari Senin, 21 April 2025, pukul 19.00 – 19.39 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 1. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	Z: Jadi boleh kita tanya terkait data pribadi dulu ya. Nama Ibu kalau boleh tahu siapa? E: Endah Susanti Z: Pekerjaanya? E: Ibu Rumah Tangga Z: Usianya ibuu? E: 47 Tahun Z: Pendidikan akhirnya? E: S1, ekonomi. Z: Oke, area tempat tinggalnya? E: Di Depok, Bojongsari Depok Z: terus abis itu latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki? E: Anak saya 3. Z: Dan anak remaja yang dimiliki? sebelumnya anak remaja itu kalau dari Kementerian Kesehatan itu 10-18 tahun. E: 10-18 tahun... eum berarti 2 yang remaja. Z: Kalau boleh tahu urutannya? E: Yang besar itu 20 tahun, yang nomor dua 18 tahun... nomor tiga 12 tahun.	Informan menjawab dengan nada rendah, posisi duduk sambil memegang handphone, ekspresi wajah sedikit tersenyum menunjukan cukup ekspresif.	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		Z: Berarti yang kedua sama ketiga yang remaja, untuk jenis kelaminnya? E: Yang kedua Perempuan dan ketiga laki-laki			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: okee... pertanyaan pertama itu ada platform media sosial apa yang dimiliki Ibu? Dan itu sejak kapan? E: Contohnya? Z: Contohnya kayak <i>Facebook</i>, <i>Instagram</i>, <i>Twitter</i>. E: Saya pakai <i>Facebook</i> dan <i>Instagram</i>. Z: Kalau boleh tahu sejak kapan? E: Sejak 2008, barangkali 2008 atau 2009 Z: Boleh diceritain nggak sih alasan informan memiliki platform media <i>Facebook</i> dan <i>Instagram</i> tadi? Untuk apa? E: Awalnya ikut tren aja. Orang-orang pakai <i>Facebook</i>, saya bikin <i>Facebook</i>. Orang-orang pakai <i>Instagram</i>, saya pakai <i>Instagram</i>. Tapi kalau aktif <i>Instagram</i>, nggak aktif banget. <i>Instagram</i> paling baru-baru. Dulu <i>Facebook</i>, kebanyakan <i>Facebook</i>. Z: Berarti awalnya <i>Facebook</i> dulu ya, Kalau boleh tahu dalam seminggu, infonya itu mengakses media sosial itu seberapa sering? Dan seberapa lama kalau perharinya? E: Seminggu hampir tiap hari... Kalau nggak main HP, lama. Kalau saya nggak kerja, saya main HP. Saya buka <i>Reels</i>, buka segala macam. Tapi nggak seharian, karena banyak aktivitas. Nggak cuma main HP gitu aja. Di selah-selah aja.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, nada bicara yang santai, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		Z: Itu biasanya Ibu kalau pakai media sosial itu emang lagi fokus aja atau nyambi? Misalnya lagi masak, nyambi. E: Nggak, kalau lagi santai. Z: Oh, lagi santai aja pokoknya? E: iyaa, tidak ada pekerjaan baruu main HP			
3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	Z: Kalau itu yang selanjutnya ya, kira-kira apa yang informan pahami tentang definisi kesehatan mental sendiri? Kalau dari data kesehatan mental itu seperti depresi, cemas, stress... E: Kalau kesehatan mental, definisi menurut saya berarti dia berpikirnya sehat. Kalau mentalnya sehat, cara berpikirnya sehat. Nggak berpikir negatif. Ada istilah di dalam jiwa yang sehat, terdapat tubuh yang sehat. Jadi kalau pikiran kita tenang, insya Allah badan kita pun sehat. Z: Jadi sehat juga bukan dari fisik aja, tapi jiwa juga, mental juga. E: iyaa, Itu kesehatan mental menurut saya.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -keseimbangan antara pikiran dan emosi -berpikir sehat dan positif	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	Z: Jadi selanjutnya kira-kira informan pernah nggak sih melihat atau mencari konten kesehatan mental? Pernah nggak mencari? E: Stress gitu? Z: Iya, konten-kontennya E: Nggak, saya nggak suka. Tapi kalau lewat ya, sering balik lihat aja. Tapi kalau untuk mencari-cari, nggak. Saya nggak mencari yang orang misalnya sakit mental gitu, saya nggak. Paling lewat aja.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan cukup tegas	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi: -Skeptis	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

5	Peneliti bertanya kepada informan terkait Kredibilitas informasi	Z: Berarti pernah nggak terlintas? Kayaknya pakai media sosial itu berpengaruh deh sama kesehatan mental kita. Ada nggak terlintas? E: Ada. Kalau misalnya beritanya jelek, berita anak bunuh diri, orang tua yang ini... Pokoknya berita berita yang negatif, saya nggak suka macamnya. Di-skip, lewat set. Apalagi kalau yang info-info kecelakaan. Yang bikin kita jadi stres. Saya paling, oh ya udah lewat aja, nggak mau baca banyak banyak.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai kredibilitas informasi: -Isi informasi yang mengandung negatif	
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah Informasi	Z: Berarti masih bisa memilah informasi-informasi yaa... Kalau gitu, kira-kira jenis konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan dibaca informan? E: Yang tersedia? Z: Iya, yang tersedia. Ada nggak lewat di reels atau gimana? E: Apa yaa? Z: Kayak mungkin dari kementerian-kementerian juga gitu, kementerian kesehatan atau apa gitu, jarang apa gimana? E: Nggak begitu merhatiin sih, jarang. Biasanya gini, kalau mana yang kita sering buka, itulah yang akan lewat. Jadi kalau yang saya jarang buka, dia akan jarang juga lewat. Kayak gitu aja sih. Cuma kalau memang dia lagi lewat, ya paling nggak sampai yang didalamin banget.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis dan kalimat yang diucapkan santai	Penjelasan Informan mengenai memilah informasi: -Memilih informasi berdasarkan kebutuhan dan keinginan	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan mengenai konten	E: Kesehatan mental? Z: Iya, yang kira-kira dibutuhkan gitu. E: Kesehatan mental yang dibutuhkan. Karena nggak berasa terganggu... Gini, kalau kita...	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone,	Penjelasan informan mengenai konten yang dibutuhkan :	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	kesehatan mental yang dibutuhkan	Cara meredakan... Biar kita happy terus, nggak mudah stres, nggak mudah itu aja. Paling tips-tips gitu. Kalau ada konten yang bagus, yang misalnya... Kamu jangan gampang stress. Kalau ngelolanya boleh, nggak apa-apa gitu loh. Pokoknya dalam kehidupan sehari-hari... Yang mana yang bisa kita pakai. Yang cocok untuk diri saya sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Untuk bersikap, berpikir.	ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis dan kalimat yang diucapkan santai	-informan cenderung skeptis -fokus cara meredakan atau mengelola stress seperti tips-tips -	Kesehatan Mental Remaja
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai konten kesehatan mental yang diperuntukan remaja	Z: Kalau gitu, apakah informan mengetahui nih konten-konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja? Contohnya, aku kan kebetulan aku generasi Z nih. Aku juga cukup interest juga sama kesehatan mental. Satu-satunya tuh yang aku ikutin itu @studiodjiwa. Di @studiodjiwa itu, orang-orang yang ngerasa kesehatan mental itu mereka melukis kayak gitu. Jadi nanti lukisannya itu di-upload di Instagram, terus nanti mereka buat caption yang dibuat mengajak orang kayak gitu. Itu Studio Jiwa. Terus yang kedua itu ada @menjadimanusia.id. Jadi kayak komunitas setiap minggunya itu, dia ikut pelatihan supaya merasa nggak sendirian dan lain sebagainya. Kira-kira tahu nggak sejauh ini? E: Nggak tahu. Karena gini ya, bukannya saya sok sehat. Karena nggak merasa apa ya, lebih ke beda istilah lah Studio Jiwa untuk Menjadi Manusia. Saya nggak berpikirnya sejauh itu sih. Yang penting hidup ini kita jangan, kalau saya, jangan mempersulit orang. Gitu aja kan? Jadi insya Allah orang juga tidak akan mempersulit kita. Jadi kalau	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai konten kesehatan mental yang diperuntukan remaja: -Tidak Tahu - Beda istilah - Hidup jangan mempersulit orang - Tidak berpikir sejauh itu	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		mau ini Jiwa apa ya? Biasa-biasa aja. Itu lebih ke aktualisasi diri nggak sih? Kalau misalnya kita melukis, mengeksplorasi. Mungkin untuk orang yang nggak bisa mengungkapkan atau yang memendam sesuatu gitu ya. Karena saya bukan tipikal yang seperti itu. Jadi nggak harus yang butuh gitu sih. Yang penting saya biasa aja sih. Berteman, berteman, berteman, biasa aja.			
9	Peneliti bertanya kepada informan mengenai Exposure informasi kesehatan mental remaja	E: Kesehatan mental remaja? Z: Iya, remaja sekarang kita berbicara tentang remajanya. E: Apa ya, yang jarang? Apa ya, kesehatan? Untuk remaja itu paling kan, kalau remaja-remaja zaman sekarang itu kan masalahnya apa sih?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis	Penjelasan informan mengenai Exposure informasi kesehatan mental remaja: -Tidak Tahu	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
10	Peneliti bertanya kepada informan mengenai kedalaman pemahaman informasi kesehatan mental remaja	Z: Aku baca sih waktu itu yang di WHO atau kemenkes gt ya, semacam istilah self-diagnosis, FOMO secara berlebihan, jadi kayak ngikutin standar orang-orang gitu kan. Jadi kita ada kekhawatiran nanti, ada anxiety kayak gitu-gitu. E: Ya, benar. Sekarang tuh memang gini, karena adanya media sosial banyak banget berpengaruh ke remaja-remaja sekarang. Jadi misalnya ada satu hal yang viral, semua anak remaja mau mencoba, mau ngelihat, mau seperti itu ya. Jadi mungkin konten yang butuh itu lebih banyak aja warningnya. Hey kalian jangan FOMO misalnya. Misalnya contohnya lagi zamannya game. Coba ada aturan gamenya itu seperti apa, batas waktu, walaupun sekarang sih sudah ada ya. Sudah ada, tapi	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone dengan kalimat yang diucapkan santai	Penjelasan informan mengenai atensi informasi kesehatan mental: -Menganggap media sosial berpengaruh kepada remaja	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		mungkin lebih lagi lah gitu. Atau mungkin kalau perlu jangan cuma di medsos, dari sekolah lebih gencar. Terus untuk ngasih apa ya anak-anak tuh, biar jangan FOMO tuh gimana ya caranya. Lebih banyak konten yang mencontohkan yang positif aja deh. Jangan terlalu terbawa efek ke barat baratan, ke Korea-Korea an, kek apa. Harus ditutup dengan berita yang lebih bagus lagi. Misalnya gitu konten kontennya gitu aja. Yang arahnya nantinya lebih merhatiin kesehatan mental. Jadi kalau mau bikin konten inget, yang ngeliat bukan cuma orang dewasa, tapi ada juga remaja, ada anak-anak. Jadi hati hati gitu aja. Kalau mau konten apapun.			
11	Peneliti bertanya kepada informan terkait latar belakang informan sejak dini	Z: Selanjutnya nih, pertanyaan selanjutnya pengalaman terkait Isu Kesehatan Mental. Kira-kira pernah nggak sih informan itu dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? E: Saya dari kecil? Jaman saya mungkin agak lamaan dulu ya. Orang kalau sakit mental gila aja gitu kan. Jadi nggak ada yang sampai dipelihara. Paling kalau orang tua zaman dulu itu mendidik kita lebih ke secara agama. Jangan begini, kita harus bersikap baik. Jangan menyinggung orang lain. Kesopan santun. Terus kalau masalah ini, kalau orang tua zaman dulu cenderung agak kurang. Untuk kesehatan mental kita lebih ke kamu tuh anak baik lah, gitu aja. Jadi Alhamdulillah dari rumah saya juga bukan orang-orang yang kasar, bukan orang-orang yang apa, jadi nggak kenal juga sih. Istilah istilah kayak gitu ya. Biasa-biasa saja.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai blueprint informan: -Tidak ada spesifikasi - Nilai keagamaan -Nilai adab	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

12	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja dalam penggunaan media sosial	E: Pemantauannya. Jadi sebenarnya, ini anak tiga, IG-nya ada di saya. Mereka ada akun. Mereka juga tahu ada akunnya. Jadi kalau saya mau ngintip, kelihatan. Jadi melakukan pemantauannya lewat akun lihat sekilas. Dan saya pun berkomunikasi lewat misalnya IG juga. Sekilas. Z: Cuma media sosial aja? Kaya tadi Instagram? E: Mereka bertwitter, tapi saya nggak main twitter, nggak bisa. Tapi intinya, kalau di saya itu, menjaga komunikasi sama anak. Nggak perlu pake medsos. Kalau saya bercerita, ngobrol. Kalau ngumpul, ngobrol. Jadi masih terjaga lah ibaratnya. Dia curhat nih ke kita kok. Apa juga di ceritain. Insya Allah. Z: Terbuka ya. Terus abis itu, tadi udah dijawab juga mengamatinnya lewat media sosial. E: Iya, lewat media sosial juga. Lewat langsung juga. Telepon juga	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -Memegang akun Instagram anak -mengutamakan cerita atau ngobrol langsung	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
13	Peneliti bertanya kepada informan terkait relasi dengan anak Remaja	Z: Kalau gitu, boleh tau nggak sih kalau misalkan secara langsung ada nggak sih waktu-waktu tertentu misalkan kita malam-malam kumpul buat cerita tentang hari ini? E: Nggak direncanakan, tapi biasanya kalau ngumpul di rumah yang nonton, yang nyanyi, makan bareng. Segala macam cara. Z: Selanjutnya, kira-kira informan pernah nggak sih berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja? bagaimana informan ngelakuin?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya: -quality time bersama -pola asuh demokratis	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		E: Biasanya dia cerita dulu, temanku begini-gini. Nah, dari situ kita masuk. Mak, aku bingung gini gini. Nah, baru masuk. Langsung kasih saran. Ngobrol-ngobrol, lama-lama masukin dikit-dikit, nggak mendikte ya. Iya, iya, kenapa bisa begitu ya. Kamu hati-hati ya. Z: Oh ya kan, yang anak remajanya kan ada yang perempuan kan. E: Kalau yang perempuan cerita. Kalau yang laki kan tidak cerita. Cuma harus nyari tahu. Kayak gitu. Untungnya yang kedua itu cuma cerita.			
14	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu, bagaimana nih tantangan dan kendala tertentu yang informasi alami saat melakukan pemantauan kesehatan mental kepada anak remajanya? E: Kendala? Kendala, kadang anak itu dia mau cerita, ada yang nggak. Kalau saya lebih senang kalau yang cerita malah, walaupun ceritanya dia kadang nggak enak didengar, tapi kan, oh, ternyata kayak gini. Yang lebih susah yang nggak mau cerita. Kalau anak laki kan nggak mau cerita. Kita tanya terus. Paling gitu. Tantangannya gitu. korek anak gimana caranya dia mau cerita. Kadang, kegiatan sekolah hari ini kalau nggak ditanya, nggak laporan. Gimana? Oke? Baik? Baik. Itu doang. Ini harus cari tahu nih. Z: Oh ya kan, yang anak remajanya kan ada yang perempuan kan. E: Kalau yang perempuan cerita. Kalau yang laki kan tidak cerita. Cuma harus nyari	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala: -Ketika anak susah cerita atau terbuka. -anak laki-laki perlu dipancing untuk cerita	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		tahu. Kayak gitu. Untungnya yang kedua itu cuma cerita.			
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai control diri kepada remaja	Z: Jadi nggak sering ya? Kalau gitu, kira-kira informan memiliki kontrol penuh nggak terkait informasi kesehatan mental kepada anak remajanya? E: Insya Allah. Karena kan mantaunya nggak cuman dari metode. Dari saya ketemu setiap hari kan kelihatan. Dari kegiatan sekolah, dari kegiatan media, semua izin. Jadi masih terpantau. Walaupun saya nggak pegang HP-nya, tapi masih terpantau karena saya kan di rumah.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai control diri kepada anak remaja: -Mantau tidak hanya dari metode	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
16	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Lalu, ada nggak sih informan menetapkan aturan khusus terkait membatasi penggunaan dari konten yang boleh diakses aja, kayak khusus ini konten-konten ini aja yang boleh diakses? E: Susah memblokir. Kalau saya susah. Anak nggak bisa mantau 24 jam. Paling yang dibangun itu kesadarannya. Ini lho, bukan belum umur kamu lho. Belum umur kamu lho, lihat ini. Kalau lewat, skipin, skip. Jadi, lama-lama dia juga nggak mau ngelihatnya. Tapi ya mungkin, pasti ada juga kecolongannya ada. Cuman kan, berarti kita udah usaha gitu ya. Cuman masih aja. Ini ya, nggak game doang.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: -dibangun kesadarannya kalo ada konten negatif	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
17	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	Z: Oke, selanjutnya ini pertanyaan terakhir. Pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja? E: Jadi temennya anak. Jadi temennya aja kalau saya. Jadi temennya, jadi orangtuanya,	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Jadi temannya anak	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		jadi supirnya, jadi bendaharannya, donatur. Semuanya. Ada sponsor. Ya gitu aja.	reflektif dan meyakinkan.	-Menemani dan bombing anak dari segi mental, fisik dan ekonomi	
18	Peneliti bertanya kepada informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal	Z: Dan selanjutnya ini, kira-kira bentuk konten informasi yang paling sering ditonton atau dilihat, paling tertarik bentuk yang mana dan mana? E: Konten informasi? Z: Iya, informasinya. E: Iya, reels. Itu kan selewat, selewat, selewat. Tapi kan banyak. Z: Bentuk video ya berarti ya. Foto atau tulisan gitu kira-kira kurang? E: Sama aja kalau saya video ataupun tulisan. Tapi lebih ke reels. Z: Karena informasinya video dan tulisan. Lebih enak ya. Oke, selanjutnya nih ya. Dengan ada informasi yang didapatkan, apakah dapat membantu informan dalam kesehatan mental pada remaja? Misalnya sekarang juga bentuk video yang tadi dijelaskan kan ada reels. E: Benar, benar, benar. Itu bisa bantu. Kadang kalau labelnya ada, nih jangan main game nih, jadinya seperti ini. Z: Suka kirim videonya nggak? E: Ya, di grup keluarga. Jadi ada anak yang skena. Kirim. Baca ya! Nah paling itu dikasih. Sama ya, Kalau reels ada yang gini, kirim. Atau kalau ada yang contoh baik, kita kirim. Ini loh kalau bisa seperti ini. Kita membantunya gitu aja. Kadang anak kalau kita nasehatin, dia nggak denger. Ketika ada contohnya, ini loh bener terjadi loh, anak matanya jadi berdarah gara-gara kebanyakan main HP. Kirim. Itu efektif.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis dengan nada reflektif	Penjelasan informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal: -reels walupun selewat-lewat -Video ataupun tulisan -bisa membantu untuk kasih warning ke remaja apabila nasihat lisan tidak di dengar	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

19	Peneliti bertanya kepada informan mengenai jenis konten yang ideal	E: Ya, benar. Sekarang tuh memang gini, karena adanya media sosial banyak banget berpengaruh ke remaja-remaja sekarang. Jadi misalnya ada satu hal yang viral, semua anak remaja mau mencoba, mau ngelihat, mau seperti itu ya. Jadi mungkin konten yang butuh itu lebih banyakin aja warningnya. Hey kalian jangan FOMO misalnya. Misalnya contohnya lagi zamannya game. Coba ada aturan gamenya itu seperti apa, batas waktu, walaupun sekarang sih sudah ada ya. Sudah ada, tapi mungkin lebih lagi lah gitu. Atau mungkin kalau perlu jangan cuma di medsos, dari sekolah lebih gencar. Terus untuk ngasih apa ya anak-anak tuh, biar jangan FOMO tuh gimana ya caranya. Lebih banyak konten yang mencontohkan yang positif aja deh. Jangan terlalu terbawa efek ke barat baratan, ke Korea-Korea an, kek apa. Harus ditutup dengan berita yang lebih bagus lagi. Misalnya gitu konten kontennya gitu aja. Yang arahnya nantinya lebih merhatiin kesehatan mental. Jadi kalau mau bikin konten inget, yang ngeliat bukan cuma orang dewasa, tapi ada juga remaja, ada anak-anak. Jadi hati hati gitu aja. Kalau mau konten apapun. Z: Itu baik buat yang bikin kontennya sama yang menerima kontennya juga ya. E: Itu harus diedukasi.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai jenis konten ideal: -Konten edukasi untuk menutupi konten negatif -Berfokus pada konten mengarah kesehatan mental	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial
20	Peneliti bertanya kepada informan	Z: Iya bener-bener. Kalau gitu konten informasi yang ideal menurut informan itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal:	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

	mengenai isi konten yang ideal seperti apa? Konten informasi kesehatan mental yang ideal. E: Satu, contoh akibatnya. Akibat positif, akibat negatifnya itu kan perlu dikasih tahu ya. Dan perlu ada bukti konkret. Ini loh benar-benar terjadi. Seperti itu aja. Kadang kalau belum ada yang terjadi, belum percaya. Z: Iya sih benar. Takutnya juga kita kan kemakan informasi hoax. E: Tapi harus dipastikan kalau berita itu benar, terjadinya ini benar, jadi semua percaya. Jadi jangan anak kadang ngebalikin, ah sama reels aja percaya. Jangan kayak gitu. Kalau bikin konten serius, ada buktinya, ada sumbernya. Itu aja. Jelas ya.	memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	-Ada contoh akibat negative-positif -informasi bener terjadi, ada bukti dan sumber	
--	--	---	--	--

Lampiran 10 Open Coding Informan 2

Data Informan

Nama Lengkap : Khikmah

Alamat : Bappenas, Depok

Usia : 47 Tahun

Latar belakang Pendidikan : SMA

Usia anak remaja yang dimiliki : 2 (Laki-laki dan Perempuan)

Wawancara dilakukan pada hari Rabu, 14 Mei 2025, pukul 14.10 – 15.28 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 2. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	K: Nama panjangnya Nur Khikmah ya. Z: Oke, usianya? K: Usianya 47 Tahun Z: Oke, untuk pendidikan akhirnya? K: Saya SMA. Z: Untuk area tempat tinggalnya? K: Saya daerah Jawa Barat, Depok. Z: Sekarang kita ke latar belakang informan anaknya. Yang pertama jumlah anak yang dimiliki? K: Tiga anak. Z: Kebetulan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia anak remaja itu 10 sampai 18 tahun. Nah dari ketiga anak itu yang memiliki anak remaja ada berapa? K: Kalau yang remaja ada dua ya. Z: Oh gitu. Kalau boleh tahu rutan posisinya yang seberapa? K: Kalau yang kedua itu baru mau 19 tahun sih ya. Z: Oh oke. Kalau yang ketiga?	Informan menjawab dengan posisi duduk, sambil memerhatikan peneliti dengan postur santai dan tenang.	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		K: Yang ketiga 15 tahun Z: Untuk jenis kelaminnya? K: Laki-laki dan perempuan			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: Kita lanjut ke pertanyaan selanjutnya ya terkait kebiasaan penggunaan media, jadi kira-kira platform media sosial apa nih yang dimiliki oleh informan? K: Whatsapp ya Z: Whatsapp apa ada lagi? Instagram, Tiktok, Facebook? K: Facebook enggak. Kalau anak-anak iya. Z: Tapi kalau ibu sendiri berarti Instagram sama Tiktok aja ya? K: Adaa, tapi juga enggak terlalu aktif banget ya. Paling WhatsApp aja kita yang ini. Z: Lebih intensif berarti di WhatsApp ya? K: Iyaa Z: Kalau boleh tahu itu sejak kapan? K: Sejak 2016 ya. Z: Oh 2016, itu apa? Whatsapp atau Instagram K: Instagram enggak, kita baru-baru aja. Z: Oh baru-baru aja. Kalau gitu boleh diceritain gak nih alasan informan memiliki tadi Whatsapp, Tiktok sama Instagram? Untuk apa? K: Karena ini ya, mudah berkomunikasi. Satu kita, apa namanya, prabayar kan. Iya kan? terus ya untuk ini aja menjalin komunikasi itu lebih mudah gitu aja... untuk apa namanya ya itu aja sih kayaknya untuk komunikasi ya terutama, kalau kita WhatsApp untuk komunikasi aja gitu kan. Z: Kalau Instagram?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, nada bicara yang santai, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		K: Kalau Instagram mungkin Iya, sebenarnya mau komunikasi, tapi kita nggak terlalu aktif ya di situ. Z: Tapi kalau punya akun mah ada ya? K: Akun ada, tapi... Cuma jarang aktif aja. Z: Oh, kalau begitu TikTok? K: TikTok juga nggak, nggak terlalu... Ya ada, ada kita punya akunnya, tapi kita nggak terlalu aktif. Z: Oh, nggak terlalu aktif gitu. Berarti kalau misalkan aku prediksi ya, berarti dalam seminggu itu biasanya mengakses media sosial itu... berapa itu? Selama seminggu? misalnya whatsapp berapa? tiktok berapa? atau instagram berapa? K: Kalo whatsapp sih hampir tiap hari ya? 24 jam gitu kan, kalo tiktok tuh paling seminggu sekali gitu kan, instagram juga hampir paling sebulan sekali itu juga belum tentu. Z: oh oke oke oke kalo misalkan, tadi udah di mention sih kalo whatsapp tuh 24 jam ya? 24 jam ya? iya Kalau Instagram, Tiktok sehari itu ada gak sih sekedar buka, misalkan berapa menit doang atau sejam gitu? K: Oh, ada. Kalau IG, Tiktok kita jarang-jarang buka. Biasa sekali doang. Z: Kalau gitu nih, walaupun jarang gitu ya, aku sih pengen tahu sih konten-konten umum seperti apa sih yang biasa dicari gitu di Instagram atau di TikTok? K: Kalau ibu-ibu ya pada umumnya aja ya, kadang kita... ceramah pagi, kuliah subuh, kajian aja. Terus udah masak, kayak belanja online.		
--	--	--	--	--

		Jadi ke online aja. Z: Oh berarti Youtube gitu, Youtube gimana? K: Youtube pake sesekali. Tapi itu cuma misalnya nyari inian masak, resep masakan gitu. Gitu aja sih kalo Youtube ya seringnya gitu aja.			
3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	Z: Oh iya sih benar. Kalau kita lanjut ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental ini Sebelumnya aku mungkin mau jelasin dulu ya kesehatan mental menurut aku dan ini juga aku ambil dari Google Jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial seseorang Itu tuh mempengaruhi cara kita berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi hidup. Jadi pengertian kesehatan mental tuh bukan hanya sekedar bebas dari gangguan gangguan kayak stres atau depresi, tapi juga itu kita tuh sebagai individu, itu sebagai manusia bisa mengelola kehidupan kita sehari-hari. Dalam bekerja kah, apakah bekerja kita secara produktif kah, apakah kita berkontribusi dengan seseorang itu bagus apa enggak gitu ibaratnya dalam kehidupan sehari-hari. Nah, kalau gitu pertanyaannya kalau dari ibu sendiri kesehatan mental itu apa sih pendapatnya? K: Iya, kalau kesehatan mental itu mungkin kalau terutama didukung dari keluarga ya. Terutama anak-anak ya. Itu pendukungnya adalah keluarga. Anak mau bagaimana gitu kan. Sebenarnya kita sebagai orang tua tuh lebih bagus. Mengasih kepercayaan kepada anak. Terus anak-anak tuh di... dibebaskan	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -Hadirnya dukungan dari keluarga _pola komunikasi	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		untuk memilih gitu kan.... kita jangan mengekang gitu jadi mungkin lebih sehat itu Z: Oke berarti jadi pola mungkin pola komunikasinya K: ya jadi anak-anak dibebaskan memilih misalnya terutama Sekolah ya Anak-anak kan kadang-kadang anak yang satu dan yang lain Kita anak tiga aja Kita beda-beda Yang satu sukanya Misalkan fotografer Yang satu suka otomotif Yang satu suka Musik, mungkin Kita arahkan aja... Mungkin itu Masa depan mereka, Mereka cuma butuh dukungan dari orang tua aja sebenarnya Mungkin itu lebih sehat Kalau menurut saya ya, buat anak-anak ya, terutama.			
4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	Z: Kalau gitu, pernah nggak sih informan itu melihat atau mencari konten tentang kesehatan mental di media sosial? K: Sese kali ya. Kadang kita sekintas itu baca gitu kan, kesehatan mental gitu kan. Entah ibu-ibu ya, kesehatan mental anak-anak gitu kan, yang kita cari itu sih sebenarnya. karena kalau keluarga keluarganya tuh sehat pasti insya Allah semuanya sehat gitu ya cara berpikirnya pasti positif itu itu aja sih. Z: Kalau boleh tau itu mencarinya dimana? K: Kalau kita kadang sekarang di tiktok ada gitu kan, di google ada mungkin kalau di kombo di google kali ya. Z: Kalau gitu kalau boleh tahu tadi informasi tadi yang didapat itu seberapa sering? K: Sese kali aja kita sih enggak terlalu ini ya matokin ama itu ya.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan cukup tenang dan reflektif	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi: -sese kali kalo lewat sepiantas	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

5	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah informasi percaya atau tidak	Z: Kalau gitu kira-kira informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang berada di media sosial? soalnya dari pengalaman aku itu apa ya ada beberapa istilah kesehatan bilanganya itu self-diagnosa gitu, jadi merasa dirinya sakit mental padahal itu enggak, karena adanya informasi-informasi tadi kayak “kayaknya kena mental deh” padahal enggak karena dia ada istilahnya namanya self-diagnosa sendiri gitu padahal itu belum tahu kebenarannya kayak gitu. Bisa dibilang kan baik juga sekarang kan informasi-informasi saking cepatnya jadi kadang enggak tahu kebenarannya apa kejelasannya sebagainya. Kira-kira seberapa percayaannya gitu? K: Eumm sekarang karena banyak istilah ya, kan kadang ada sekarang contohnya gini ada ada orang pensiun ada yang dinamakan post power syndrome. Istilahnya banyak, jadi kita Kalau zaman dulu sama zaman sekarang itu beda. Sebenarnya anak itu butuh dukungan. Iya nggak sih? Butuh dukungan keluarga. Kayak orang pensiun juga butuh dukungan keluarga juga. Dia harus percaya dirinya kurang. Nah itu yang butuh dukungan. Makanya sekarang kita tanamkan keluarga sehat dulu. Insya Allah semuanya penghuninya sehat, gitu kan. Mentalnya terutama. Z: Apalagi keluarga itu ibaratnya lingkungan pertama, K: Kalau pengen sehat, keluarganya sehat dulu deh. Karena contohnya gini, kalau ada anak dari keluarga broken home, itu pasti ada beda mentalnya. Iya. Iya nggak? Bisa	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil, beberapa kali mengernyitkan alis atau dahi	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi: -Banyak istilah -Merasa zaman skrg dengan dahulu beda -dukungan dari keluarga agar mental tetap sehat dan utuh	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
---	---	---	---	--	---

		dibaca lah, gitu. Itu yang kadang-kadang mereka jadi kayak pelarian. Itu yang dikatakan dengan sindrom. Nggak tahu deh, sindrom banyak banget, sindrom sekarang itu. Itu aja sih yang jadi pembeda. Sekarang kita utamakan keluarga sehat dulu, utuh lah. Kalau punya keluarga utuh, insya Allah semuanya akan sehat, penghuninya.			
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait informasi kesehatan mental yang meragukan	Z: Kira-kira apakah informan pernah meragukan nggak atau merasa bingung gitu dengan informasi tersebut? K: Informasi kesehatan mental kadang ya kita buat masukkan aja sih, bingung sih enggak gitu kan kita kan kalau seorang ibu itu kan punya cara sendiri pastinya ya menitik anak-anak beda-beda... kita kan setiap ibu pasti beda-beda menitik anak jadi kita tahu lah porsi-porsinya udah tahu, jadi kita enggak ragu informasi itu sebatas informasi kita cukup tahu, mungkin membandingkan dengan keseharian aja jadi kita nggak perlu dibingungin juga nggak usah diambil pusing juga, kita kemakan sama informasi bingung juga sendiri kebanyakan pilihan terus juga informasi seperti apa nih?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan relevansi informasi: -Hanya sebagai masukan tidak diambil pusing dan hanya cukup tau dengan informasi -cenderuing membandingkan dalam kesehariannya saja -menganggap kalo kemakan informasi jadi bingung sendiri	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan terkait kredibilitas informasi	Z: Kayak kita juga nganungin apa lihat informasi juga harus di cross check banget gitu ya K: iyalah kita jangan terlalu kemakan informasi yang kadang-kadang sekarang kebanyakan ini malah kita kemakan sendiri pusing gitu kan, kan banyak banget sekarang konten kreatif juga kayak sekedar	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan sedikit tegas	Penjelasan informan mengenai kredibilitas informasi: -Jangan terlalu kemakan informasi yang bikin pusing -konten kreatif sekedar ngomong	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		ngomong aja tapi diserapnya juga kurang padahal tuh belum tentu gitu kan			
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai informasi kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja	Z: Kalau gitu ini kira-kira informan mengetahui gak sih tentang konten kesehatan mental yang diperuntukkan remaja? K: Konten kesehatan mental remaja ini sih kita gak terlalu ini ya, gak terlalu ngikutin yang itu. Z: Kayak kurang ya gitu ya? K: Kurang, kurang.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada dan intonasi informan sedikit rendah	Penjelasan informan mengenai exposure atau paparan informasi kesehatan mental remaja: -Kurang, tidak terlalu mengikuti	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
9	Peneliti bertanya kepada informan mengenai kedalaman pemahaman informasi kesehatan mental remaja	Z: Iya, selalu-selalu percaya lah ya berarti. Iya sih, yang kita tanamin kayak gitu. Kalau gitu, bagaimana informan mulai menyadari nih? Kalau ternyata informasi kesehatan mental tuh penting. Menyadarinya tuh apa? K: Penting, mungkin... Ya kita sebenarnya... Kalau anak-anak ini ya, kayak udah mulai remaja gitu kan. Z: Ohh iya sih. K: Iya ternyata ini juga ya gitu kan. Transisinya kan ibaratnya remaja tuh gak pada udah lumayan gitu ya. Nah itu kan ada perubahan fase-fase kan itu. Stabilnya itu. Iya itu lebih. Iya masa-masa remaja itu kan ada yang lagi masa ke-7. Iya betul. Mulai mengenal lawan jenis gitu kan. Nah itu yang kita harus... butuh informasi kita ini belajar dari itu ya ngambil-ngambil yang positif-positif poin-poin yang positif kita perlukan kita terapkan itu perlu buat lagi kan ibaratnya mendidik perempuan laki laki juga beda-beda.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	Penjelasan informan mengenai atensi informasi kesehatan mental remaja: -Masa transisi Anak sudah mulai remaja -Mulai mengenal lawan jenis -butuh informasi yang positif -menerapkan apa yang dibutuhkan untuk mendidik anak remaja perempuan dan laki-laki	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

10	Peneliti bertanya kepada informan terkait latar belakang informan sejak dini	K: Kita, ya mungkin sekedarnya aja ya. Itu karena dari kecil ditanamkan kepercayaan. Jadi, ya kita diarahkan gitu nih kamu jangan segini segini begini begini gitu kan kamu jangan begini beluk belajar kayak gitu kan Z: Kayak jadi orang baik gitu ya pokoknya K: Kamu begini-begini kalau begini tuh salah gitu kan ya itu kan yang menyebabkan tanamkan ke anak-anak itu sih.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai blueprint	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
11	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja terkait kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu gimana nih informan mengamati penggunaan media, secara anak remajanya? cara mengamatinya itu gimana ya? K: Gimana ya?? kita kalau anak udah Remaja kan susah ya, kadang-kadang mereka juga keluar gitu kan. Ya kita kalian, sekarang kita mau ngecek HP. HP itu udah pake kunci? Z: Iya bener K: Mbaa Zahra pake kunci gak? Orang tua gak bisa ngecek kan? Harus pake tangan Mba Zahra baru bisa dibuka kan? Z: Sekarang aku pake muka aku malah K: Nah iya... kalau mau sama-sama kan gak bisa. Gimana kita mau ngecek ya? Kita pesanin, itu kasih kepercayaan sih yang penting kasihlah kepercayaan anak anak biar mereka bisa ini juga sih ya kalau kita kasih kepercayaan kan mereka malahan lebih tenang lebih bagus lah daripada kita ngomongin bawel kita jadi musuh sama anak-anak kayak udah setempekan juga ini bawel banget sih tadi aku tidur disini, soalnya gini kita kan nggak tahu mereka tuh lagi megang HP apa ngerjain tugas apa-apa?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -memberikan rasa kepercayaan kepada anak	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		kita nggak tahu ya terutama yang kuliah kan orang aku tuh lagi ini lagi ngerjain tugas mah katanya ngapain gitu ya udah gitu kan kita kasih kepercayaan aja lah pengertian lah gitu udah sih.			
12	Peneliti bertanya kepada informan terkait relasi dengan anak Remaja	Z: Berarti paling ideal itu podcast ya? K: Iyaa Z: Pokoknya juga setuju deh, kayaknya podcast deh. Kalau yang anak perempuan nih? K: Kalau anak perempuan, dia... Karena perempuan ya, dia lebih sering ini aja. Ya pergaulannya standar lah gitu. Dia gak suka yang... Kayak yang Aji juga gak sini gitu kan di sekolah ya. Beda lah, beda anak laki. Laki kan... Kayaknya mau tau banget di dunia luar Pengetahuannya lebih tinggi ya Tapi emang saya bebasin Mereka tuh dari SMP Pokoknya suka jalan kemana, saya bebasin kamu tuh jangan kuper, jangan sampai anak laki orang Jakarta nanya jalan, lamu harus tau jalan makanya saya bebasin tuh dia Dari SMA tuh, Mereka udah jualan tuh COD-an dimana-mana Jalan Kalau dia dimana-mana, dia kemana-mana sekarang nggak bisa jalan. Z: Pokoknya selagi itu positif lah, nggak apa-apa ya. K: Nggak apa-apa. Explore terus. Lebih bebasin kalau nggak gitu-gitu ajaa dia tuh, buat membangun dia.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya: -membiarkan anak explore sesuai minatnya agar berada di jalur positif	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
13	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan	Z: Kalau gitu tantangan dan kendala ada gak sih tantangan kendala yang tertentu yang	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala:	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	informan alami saat melakukan pemantauan dalam lingkungan anak remajanya? K: Kendalanya mereka itu sekarang itu udah remaja terus lingkungan lingkupnya itu luas, itu yang kita gak bisa ngikutin itu sebenarnya... orang tua kan kayaknya ngeliat anaknya secara langsung ya mereka tuh bergaul sama siapa sedang apa nah kita kan gak bisa sekarang dan kalau kita banyak bertanya juga salah mereka protes kita mau ngecek hp udah dikunci... ya gitu intinya kepercayaan aja kita percaya kalau percaya ya mudah gitu buat komunikasi juga, mudah gitu kan gitu sih kita menghindarin slek juga sama anak-anak gitu aja.	diucapkan santai dan ringan		Kesehatan Mental Remaja
14	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Selanjutnya nih harapan informan nih buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di digital tuh saat ini gimana sih harapannya? K: Harapannya ya Banyak remaja yang ini ya. Kadang salah langkah gitu kan. Yaa saya banyakin, kayak podcast kan sekarang lagi kena ya. Ngena ke remaja. Mungkin banyakin yang itu. Jadi buat pegangan dia sih. Buat rem dia sebenarnya. Sekarang kalau gak punya rem. Sudah bahaya juga. Bebas gitu kan. Ya pokoknya disana dunia luar kan. Banyak lah. Kadang. apa namanya kita baik gitu kan tapi teman kita enggak baik jadi kita syaratnya baik minimal mereka bisa membedakan teman kadang-kadang, teman ada yang baik minimal dia enggak terpengaruh buat membentengin mereka gitu kan itu sekarang mungkin lagi podcast yang kena kayak buat remaja sih itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: -Nonton podcast agar tidak terpengaruh dan bisa menjadi benteng untuk diri sendiri	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		dibanding kita ada apa namanya, kadang perkumpulan remaja di masjid-masjid itu kayaknya anak terlalu manutt itu malah gak ngena kayaknya.			
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	Z: Kalau gitu nih pertanyaan terakhir Sekarang untuk ibu-ibu yang lain di luar sana yang memiliki anak remaja nih agar informasi di media sosial itu lebih bermanfaat buat orang tua maupun buat anaknya? K: Sekarang ibu-ibu emang apa harus sehat dulu. Sehat dulu lingkungan rumah tangganya. Kalau lingkungan rumah tangganya sehat, dari lingkungan rumah sehat, anak itu pasti tumbuh akan jadi mental, misalnya dan kasih kepercayaan ke anak anak kita jangan selalu mendikte karena kalau mendikte itu akan memojokkan anak sebenarnya kan dan kita jadi apa namanya jadikan mereka sahabat agar mereka tuh berterus terang kalau ada apa-apa, ada masalah hati-hati mencoba berterus terang jangan kita jangan jadi buruh gitu untuk anak-anak kita sendiri karena itu lebih membangun sih pendekatan juga enak juga kalau langsungnya kalau komunikasinya jadi ada apa ya, ada vibes kehangatan gitu anak kita pulang ke latinnya hei dari mana pulang ke latinnya? udah diem kan, udah maju soalnya udah sampai juga di jalan emang tadi kenapa kok pelangnya telat, betul kan kan beda bahasanya kan? oh tadi macet mah, oh tadi ada gini-gini mah, oh yaudah nah itu pertanyaan itu ya, jangan mendikte amat	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Ibu harus sehat dahulu -Jangan mendikte dan memojokkan anak agar mental anak aman	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

16	Peneliti bertanya kepada informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal	Z: Ohh nggak terlalu mengikuti ya, berarti kalau misalnya dari aku jelasin kira-kira yang paling tertarik atau paling dibutuhkan itu yang paling sesuai apa? videokah atau tulisan kah? K: mungkin yang lebih mengena video yaa Z: Ohh video ya K: Video karena itu akan dia akan mengena gitu karena kita nonton yaa, Z: ibaratnya di video itu kan ada orang yang ngomong juga, ada buktinya K: kalau poster itu kan sekedar tulisan dan gambar jadi kita sepintas itu aja sih .	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis dengan nada reflektif	Penjelasan informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal: -Video	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial
17	Peneliti bertanya kepada informan mengenai jenis konten yang ideal	Z: Oke oke oke, berarti tadi kira-kira jenis konten informasi apa nih yang ideal jenisnya? edukasi kah? Hiburan? atau mungkin yang ideal buat anak remajanya nih? K: Kalau anak-anak remaja itu kan jangan yang terlalu formal banget juga jangan karena monoton juga, bosen gitu ya... pokoknya ada hiburan tapi ada informasi yang masuk gitu aja sih, ibadah itu dikemasnya tuh lebih friendly kalau anak remaja sekarang tuh kita gak boleh yang ini banget formal-formal banget lah, tapi disitu mereka dapet informasinya gitu sih... sekarang kayak kuliah aja lah gitu kan kuliah kalau mau nonton ngantuk kita bosen, soalnya kalau ada ini lah ada selingannya yang bikin ini gitu kan itu sebenarnya lebih cepet masuk, lebih cepet diresap anak anak sebenarnya. Jangan-jangan terlalu mesal-mesal nggak boleh	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai jenis konten ideal: -Tidak Formal -Dikemas informatif yang menghibur	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		ngerokok Nah itu kan monoton banget ya makasanya bakunya tetap dilakuin yaa, itu kan gitu kan belum tentu yang nulis itu enggak ngerokok gitu kan pasti jawabannya gitu.			
18	Peneliti bertanya kepada informan mengenai isi konten yang ideal	Z: Kalau gitu, bentuk kontennya nih apa? Bentuk konten informasi terkait kesehatan mental remaja apa yang paling ideal? Video kah? Podcast kah? Atau tulisan? atau live streaming bentuknya? K: Sekarang karena anak saya yang kedua tuh suka ngikutin podcast Habib siapa tuh kemarin udah di Katedral Kredi di kafe di daerah Bintaro ya itu ngena juga ternyata saya beberapa kali ngikutin gitu kan nanti yang gak sering itu tiap hari Jumat ya Habib siapa gitu loh itu ternyata anak-anak pemaja itu mengena loh Sekarang tuh lagi gimana dibanding yang ini ya, kayak tau si Ake gitu. Orang aku tuh dikirimin video “Nih Mah”. Ini nih ngikutin, dia ngikutin sampe pernah gini, ayo Haikal ikut. Tapi seminggu, dia perjalanan keliling Jawa. Nah terus ini dia kuliah, gak boleh lah sama saya. Aku ikut ya Bu, gak boleh karena kamu kuliah, kuliah nomor satu. Kalau kerja masih ada waktu longgar bisa makan. Karena waktu itu tuh tiap hari Jumat tidur. Dia akhirnya jadi ini kan ngikutin podcastnya. Dia jadi fotografer Habib itu. Ada di daerah Bintaro deh. Di Bintaro dia tuh di cafe. Dia tiap ini kan disitu tuh. Itu podcast itu. Ohh iya asik juga ya kalau gitu kan. Minimal dari situ obrolan-obrolan Kayaknya obrolannya ringan Tapi tuh mengena anak-anak loh Soalnya podcast	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal: -Diskusi bersama	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		kan durasinya juga panjang kan Panjang Terus gak ada Oh ini loh Gue Habib, gue Ustadz Situ anak muda Ternyata mereka tuh bebas Bertanya apa aja gitu loh Itu yang mereka Mungkin zaman sekarang mengenai anak-anak ya Dibanding kayak ada kumpulan di Masjid, bagus juga sih di Masjid tapi anak-anakku lebih mengenai itu, podcast-podcast gitu.		
--	--	--	--	--

Lampiran 11 Open Coding informan 3

Data Informan

Nama Lengkap : Rahmi Mulyati

Alamat : Sawangan, Depok

Usia : 45 Tahun

Latar belakang Pendidikan : S1

Usia anak remaja yang dimiliki : 3 (Perempuan dan 2 Laki-laki)

Wawancara dilakukan pada hari Sabtu, 17 Mei 2025, pukul 16.17 – 17.00 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 3. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	R: nama saya Rahmi Mulyati Usia 45 tahun. Z: Oke, untuk pekerjaannya? R: Oh, pekerjaan ibu rumah tangga. Z: Untuk pendidikan akhirnya? R: Pendidikan akhir S1. Z: Untuk area tempat tinggalnya? R: Area tempat tinggal, Griya sasmita, Kelurahan Serua, kecamatan Bojongsari, Depok, Jawa Barat. Z: Oke, sekarang kita lanjut ke latar belakang informan anaknya ya. Jadi kalau boleh tahu jumlah anak yang dimilikinya berapa? R: Tiga Z: Nah, jadi dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10 sampai 18 tahun. R: Iyaa Z: Dari tiga anak itu yang memiliki anak remaja, usia berapa? R: Tiga-tiganyaa	Informan menjawab dengan posisi duduk, sambil memerhatikan peneliti dengan postur santai dan tenang.	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		Z: Ohh tigaa-tigaanya ya? R: 10-18 tahun kann? Z: Iyaa, kalau boleh disebutin usianya berapa? R: yang pertama usia 18, yang kedua usia 15, yang terakhir usia 12 Z: Ohhh oke kalau boleh tahu jenis kelaminnya? R: Yang pertama perempuan, yang kedua laki-laki yang ketiga laki-laki			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: Oke kita langsung ke kebiasaan penggunaan media nih, Yang pertama itu platform media sosial apa nih yang dimiliki oleh informan? R: Ohh ini ibunya? Facebook, Instagram, Tiktok. Z: Ohh Tiktok juga ada? R: Terus udah itu aja kayaknya deh. Z: Sejak kapan tuh Instagram, Facebook, sama Tiktok kira-kira? R: Itu dia ya kalau Facebook lama... sejak tinggal di sini udah ada kayaknya 2008... iyaa 2008 dulu sempet aktif di Facebook kan, buat tulisan-tulisan pas anak pertama terus sempet nggak aktif lagi, baru-baru ini aja kalau Instagram, Instagram enggak inget cuma kayaknya enggak dari 2008, kayaknya baru-baru sinilah 2020 an, Z: Begitu pun sama Tiktok ya? R: Iya, Tiktok baru-baru ini malah karena anak-anaknya kan main Tiktok, jadi ngeliat tiktok apa sih biar tau. Z: Kalau gitu alasan utama itu? menggunain Tiktok, Instagram, Facebook?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada bicara yang tegas, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		R: Sebenarnya kalau mungkin kalau saya termasuk ibu yang belajar berdamai dengan teknologi, karena waktu itu kan pernah ikut seminar juga karena sebenarnya kita itu memang ada pasti ada dampak buruk dan baiknya. Tapi saya mencoba berdamai dengan teknologi... karena seiringnya zaman kan kita harus mengetahui minimal kita bisa mengambil baiknya gitu walaupun ada jeleknya juga gitu sebenarnya itu aja sih sebenarnya. Z: Jadi ibaratnya beradaptasi lah ya R: Iya beradaptasi dengan zaman Z: Kalau gitu dalam seminggu nih, biasanya informan mengakses media sosial itu berapa sering dalam seminggu? R: Jangan bilang seminggu, tiap hari kali ya? Hahaha Z: Ohh tiap harii yaa, Kalau gitu dalam sehari dikiraan berapa jam itu? R: Kalau jam nggak nentu juga ya kadang. Pokoknya pagi, siang, sore... eh sore jarang. Pagi, siang, malam pasti deh. Z: Pagi, siang, malam ya? Itu kayak, kalau lagi udah megang sosial media itu, Fokus apa? Kayak sambil nyambi atau gimana? R: Nyambi-nyambi aja. Nggak yang lama-lama kayak orang ya. Orangnya kadang 3 jam, 2 jam, 5 jam. Enggak. Kalau kita kan nyambi-nyambi. Sambil masak gitu ngelihat bentar taruh kayak gitu. Nggak pernah fokus gitu. Paling siang. Biasanya pas jam istirahat bisa sih. Sejam bisa gitu. Z: Kalau gitu konten-konten umum seperti apa sih yang biasanya informan konsumsi di media sosial tersebut?		
--	--	--	--	--

		R: Kontennya emak-emak ya, kalau aku termasuk yang suka lihat itu konten biasanya edukasi, edukasi tentang parenting anak, investasi juga terus orang jualan pasti ya semua emaknya tergoda itu aja sih kayaknya gak yang macam-macam karena pusing...			
3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	Z: Oke kalau gitu kita masuk nih ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental... jadi aku jelasin dulu nih definisi kesehatan mental ini, aku searching dari Google jadi kesehatan mental itu tuh mencakup kesejahteraan emosional psikologis dan sosial seseorang itu mempengaruhi cara kita berpikir merasakan dan bertindak dalam menghadapi hidup jadi pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan seperti depresi, stres atau segalanya tapi juga kemampuan individu itu mengelola kehidupan sehari-hari dalam bekerja secara produktif atau berkontribusi dalam kehidupan sosial di masyarakat. Jadi kalau boleh tahu nih kira kira apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental sendiri menurut informan? R: Kesehatan mental terhadap penggunaan gadget ini berarti maksudnya. Kesehatan mental penggunaan gadget itu kalau bagi anak, apa bagi saya ya? Z: Mungkin boleh bagi ibu dulu ya. R: Kalau bagi ibu-ibu itu memang mengganggu sih sebenarnya, kalau terlalu terlalu apa kalau konsentral diseriisi	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan tegas	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -menganggap karena adanya gadget berpengaruh ke remaja	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		dengan itu... karena kalau saya sendiri kalau terlalu lama tuh pusing malah, jadi sekedarnya aja jangan dibuat jangan dibuat apa jangan dibuat serius gitu kan. maka tadi bilang memilah-milah aja sebenarnya apa yang mau dicari itu dipilah-milah aja itu... kalau buat anak-anak memang perlu dibatasi kalau nggak dibatasi itu kalau kepada anakku sendiri ya kalau sudah terlalu lama nanti itu dia kayak marah-marah, ada itu ada benang merahnya misalnya kita panggil jadi marah-marah... kita suruh berhenti, marah-marah itu ada itu kejadian itu, jadi makanya harus di apa emang harus diatur penggunaanya dibatasin ada itu.			
4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	R: Iya, aku termasuk intens mencari seperti itu, Karena banyak kan sekarang kita harus tahu Karena kesehatan mental itu kan sama aja kayak penyakit Apalagi sekarang lagi brain root, atau orang brain root Jangan dicuekin, sebenarnya iya emang ada itu brain root, Mungkin perlu tahu itu brain root, tahu nggak? Z: Aku baru tahu R: Baru tahu? Iya kesehatan mental itu karena terlalu sering Scroll itu namanya brain root, Coba cari deh tulisannya brain root. Z: Brain to otak ya? R: Iya kerusakan otak diakibatkan terlalu banyak Scroll konten-konten yang... ehh bukan bukan terlalu banyak scroll bukan, jadi kek sekarang tiktok itu kan audio	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan cukup tegas dengan intonasi tinggi	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi: -mengatakan termasuk intens karena menganggap kesehatan mental kaya penyakit, salah satunya brain rot	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		visual nah pasti kalau mba zahra, paling kalau Scroll sebentar sebentar. Nah itu brain jadi otak itu tidak bisa fokus akhirnya, dia cuma menerima sepenggal sepenggal nah itu yang kadang yang menjadi Brain Root itu akhirnya menjadi masalah ketika dia sudah dewasa dia tidak bisa memetakan masalah karena tadi itu gen alpha gen z karena terlalu sering konsumsi konten yang sependek-sependek itu, di scroll-scroll-scroll itu dia nggak tahu masalah sebabnya apa, mengambil hikmah konten itu apa.... Brain Root itu sudah sering dibahas di psikologi, namanya Brain Root itu bagus itu kalau dimasukin berarti kan kamu masalahnya kan kesehatan mental, kesehatan mental itu apa saja salah satunya dalam kesehatan mental media sosial itu akan terjadinya brain root yang saat ini.			
5	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah informasi percaya atau tidak	Z: Ohh gitu apakah informan percaya nih dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial? soalnya dari yang aku baca itu emang kadang ada beberapa ini dari data juga beberapa anak gen Z itu sering kena self-diagnosa jadi kayak dia merasa dirinya kena sakit mental, tapi padahal belum tentu kebenarannya. Makanya ada istilah self-diagnosa padahal belum tentu kayak gitu, itu gara-gara biasanya dari tadi dari apa namanya? R: Informasi ya Z: Iya kadang merasa kayaknya saya bipolar deh, kayaknya saya kecemasan, jadi kayak gitu-gitu. Terus misalkan juga	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tinggi, informan sedikit bingung dengan kata “informasi”	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi: -Informan cenderung hubungan sosialnya daripada memilah informasi. -antisipasinya bergerak Tidak hanya bermedia sosial, dia berdiam diri. Karena mentalnya mengganggu.	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		kalau kita ngeliat... Misalkan ngeliat story orang itu kadang agak FOMO gitu, kayak pengen ikut-ikutan. Jadi kayak harus ikut ini, harus ikut ini, kayak gitu. R: Itu pasti kena. Enggak hanya pada anak kalau aku bilang. Pada ibu-ibu juga. Itu gitu. Jadi kalau misalkan kita kan belum merasa menjadi ibu yang baik, ya kan? Terus ada seliwuran. oh kayaknya aku jadi ibu yang kayak gitu ya itu pasti itu. makanya kembali lagi mengambil menganalisa diri sendiri itu emang nggak bisa ya. Nah tapi lebih bisa dilihat kalau aku lihat tuh hubungan sosialnya nanti, Bagaimana kita merasa sebagai orang yang... Sekarang orang banyak kena anxiety, kecemasan berlebihan... Atau mungkin, bipolar seperti yang Mba Zahra bilang. Bisa jadi, tapi kan untuk diri sendiri. Tapi itu bagaimana timbal baliknya, menghadapinya itu... Misalnya saya sebagai ibu menghadapinya itu ketika kita bersosialisasi. Kalau kita sendiri, otak akan berpikir seperti itu terus. Nah, bersosialisasinya itu ya begitu. Mungkin kalau di ibu-ibu ya kepengajian itu perlu. Berseimbang antara bersosial, bermedia sosial, mencari ilmu, beragama, mengaji. Itu perlu. Begitu juga dengan anak. Anak itu pasti akan begitu. Kayak yang kecil itu, ngomong. Oh, udah ngomong macam-macam-macamnya aku nih gini nih... kalau karena gendut itu nggak harus bukan hanya lemak lu ada, ini ada otot, ada ini ini itu kan yang merasa gitu. Tapi bagaimana kita mengarahkan dia kamu memang		
--	--	---	--	--

		nggak kamu ke dalam kategori ya sudah obesitas misalnya, masalah gemuk ya kamu udah obesitas ya harus mau itu lemak mau itu otot tetap kamu tuh namanya obesitas seperti itu kelebihan berat badan misalnya kita membahas itu kan tetap antisipasinya bergerak Tidak hanya bermedia sosial, dia berdiam diri. Karena mentalnya mengganggu.			
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait informasi kesehatan mental yang meragukan	Z: Kalau gitu, apakah informan pernah meragukan atau merasa bingung dengan informasi tersebut? R: Oh iya, kalau kita nggak mencari tahu bingung. Z: Iya, kayak nggak di cross-check lagi gitu ibaratnya. R: Tapi kadang males. Z: Oh males ya? R: Iya, jadi diambil baiknya aja. Yang kira-kira yang... sinkroni sama dengan kehidupan kita diambil baiknya, yang tidak ya sudahlah gitu. Kayak tadi yang memilah konten intinya, memilah pikiran kita juga daripada pusing dipikirin kan kita yang menggunakan juga yang mengontrol.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan cukup percaya diri	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan relevansi informasi: -Nggak mencari tahu bingung namun tidak ada ketertarikan untuk crosscheck -Diambil baik kalo sinkron dengan kehidupan karena daripada pusing memilah informasi yang sulit dipahami	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan terkait kredibilitas informasi	Z: Yang jenis konten jenis kontennya yang kira-kira mudah dibaca kayak lebih gampang diserap gitu apakah edukasi hiburan testimoni opini? R: ku senang edukasi memang, misalnya kayak tadi tuh brain root tuh apa gitu seperti apa misalnya seperti itu, terus ibu-ibu mungkin yang mengalami ibu-ibu rumah tangga yang silent depresi itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan sedikit tegas dan reflektif	Penjelasan informan mengenai kredibilitas informasi: -Lebih percaya dengan unsur edukasi, misal ada istilah silent depresi, istilah brain rot pada anak, tanpa sadar kena	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		seperti apa, yang tanpa disadari berarti ada cerita juga ya pengalaman gitu, karena kan kayak aku nih, ibu rumah tangga kan orang melihatnya tidak bekerja, tidak berpenghasilan tapi kan itu rentan banget dengan kesehatan mentalnya, dan banyak ibu rumah tangga itu yang tidak menyadari kalau bahwa dia bermasalah dengan kesehatan mental itu tadi.		mental pada ibu dan anak remaja.	
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai informasi kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja	Z: Kalau gitu, apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang khusus diperuntukkan untuk remaja? R: Enggak tahu, enggak ada. Maksudnya enggak pernah mencari sih. Karena enggak masuk grupnya ya kali ya. Ada ya? Z: Emang ada sih, soalnya aku juga pernah lihat ini di WhatsApp. Kek saluran khusus di WhatsApp R: Ada komunitas gitu ya? Z: Kadang tuh ada emang kayak khusus buat kesehatan-kesehatan remaja. Terus di Instagram juga ada namanya tuh @studiodjiwa. Tapi dia kalau @studiodjiwa itu lebih kayak... Ketika sesuatu hal yang kita pendam gak bisa kita ekspresikan, kita ekspresikannya melalui gambar. Jadi kita ekspresikan melalui gambar, jadi kayak divisualisikannya melalui gambar. R: Terus nanti dinilai gitu? Z: Di-upload di Instagram, terus juga di-sharing, ibaratnya sharing lah gitu. Terus ada juga @menjadimanusia.id itu, dia setiap minggunya itu ya kayak buat	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada dan intonasi informan sedikit rendah dan penasaran dengan informasi tersebut	Penjelasan informan mengenai exposure atau paparan informasi kesehatan mental remaja: -Engga tahu dan engga pernah mencari -Belum pernah mengakses karena fokus pada parenting	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		workshop bareng. buat seminar dan sebagainya kayak gitu sih khusus-khusus remaja, terus ada juga studio jiwa yang kalau yang gambar tadi terus ada juga @behome.id cuman kalau @behome.id itu gak khusus remaja dia lebih kayak ini anak-anak yang broken home kan itu kan kena mentalnya kan, jadi dia setiap minggu tuh kayak ada perkumpulan biar mengenal satu sama lain ibaratnya kayak gitu. R: Belum pernah sih, mengakses belum pernah mengakses karena mungkin lebih mungkin karena emak-emak ya mikirnya parenting-parenting aja gitu ya.			
9	Peneliti bertanya kepada informan mengenai kedalaman pemahaman informasi kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu jenis konten kesehatan mental remaja apa yang informan Paling ngertinya? R: Yaa cuma mencari aja ya, mencari ADHD misalnya, kayak gitu. Karena kan anak yang terakhir ini kan, kalau nyari ADHD, cenderung tuh autis itu apa, ADHD itu apa. lebih kepada mengklik ya mencari ya praktisi dokter doang gitu Z: Berarti kalau misalkan sampai follow atau ini enggak ya?? R: Enggak juga... ya cuma lebih kayak mencari informasi pribadi ya biasanya ya dokter gitu, kalau komunitas belum sih Z: Ohh belum R: Yaa belum belum nemu kali Z: Ohh belum nemu? R: Iya iya	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	Penjelasan informan mengenai atensi informasi kesehatan mental remaja: -pernah mencari informasi ADHD karena anak	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
10	Peneliti bertanya kepada informan	Kalau gitu selanjutnya kita terkait pengalaman isu kesehatan mental yang utama, pernahkah informan dulu waktu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang	Penjelasan Informan mengenai blueprint	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	terkait latar belakang informan sejak dini	kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? R: Enggak kita kan gini ya, taunya kita kan parenting POC ya, apa kata orang tua harus nurut, rutin kan lebih kepada enggak kalau dari kecil ya...	diucapkan santai dan ringan	-Engga ada sosialisasi Informasi mengenai kesehatan mental sejak dini	Kesehatan Mental Remaja
11	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja terkait kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu ini kita masuk ke digital parental mediation, jadi digital parental mediation, orang tua atau ibu tuh sebagai penengah lah antara anak remaja dan penggunaan media sosialnya. Jadi setelah mengetahui nih informasi-informasi terkait kesehatan mental, apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosial? R: Pemantauan tapi tidak 100%, karena gak bisa juga pemantauan tapi tidak 100% berarti ibaratnya tuh mantauannya itu cuman sekejap dari jam berarti tidak bisa menolong, Kalau sekarang begini sih ya, kalau tante Ami itu lebih kepada ibu itu akhirnya saya tidak bisa terlalu berpikiran takut. Karena itu tadi, malah ibunya nanti yang stres. Segala ditakutin, anaknya takut nonton porno, anaknya takut nonton ini, nonton itu, nonton kekerasan, nonton apa. Nggak bisa. Kalau kita terlalu takut, akhirnya kita sendiri yang kena. jadi ya udah emang zamannya begini tinggal bagaimana sikapnya di dalam keseharian. Z: Kalau begitu seberapa sering di informan memeriksa riwayat pencarian atau history browser anak remaja di ponselnya?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -Menjaga kesehatan mental ibu itu penting, -Beradaptasi dengan informasi namun jangan terlalu takut, karena bisa memicu stress pada diri ibu	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		R: Sesekali aja pertama itu tadi, menjaga kesehatan mental ibu terlalu sering mengecek, kita aja yang pusing, karena kita kan juga perlu menjaga kesehatan mental juga jadi sekali aja, kalau misalnya kira-kira ada yang terlalu mengganggu gitu, baru dicek, kalau enggak ya enggak lah itu tadi beradaptasi dengan teknologi tadi berdamai.			
12	Peneliti bertanya kepada informan terkait relasi dengan anak Remaja	Z: Kalau gitu apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja? R: Pernah, pernah contohnya bukan berdiskusi lagi ya tapi menginformasikan bahwa kalau bermain HP terlalu lama itu pasti dari psikologi yang kecil itu marah itu, sudah mengganggu. Kalau ngomong edukasi tentang brain root, kayak gitu, terus mata, gitu. Z: Iya bener sih, mata. Informan sebelumnya juga bilang kayak nih kalau misalkan main game kelamaan nih matanya bisa merah, di-sharing lah sama dia informasi informasinya. R: Iya, seperti itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya: -Menginformasikan dampak bermain HP bisa mengganggu kesehatan mental remaja	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
13	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu, ada gak sih tantangan dan kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan? R: Ya iya, itu pasti. Pertama, melarang. Kita dari pakai nada rendah, nada tengah, nada tinggi, dipukul, maksudnya dipaksa, dimatikan, itu pasti berbagai cara. Karena ya itu tadi membatasi jam untuk melihat media sosial itu perlu. untuk menjaga kesehatan mental	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan tegas	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala: -Ketika anak sulit untuk di control dalam membatasi bermain media sosial	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		mereka sendiri. Mungkin mereka tidak sadar. Nah, kitalah yang mengontrolnya. Dia kan nyokron-nyokronnya pada sadar dia. Kan gitu.			
14	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Kalau gitu harapan informan buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital saat ini? R: Harapannya semoga anak-anak itu bisa menyerap informasi itu tidak hanya sekedar awal ya, tapi harus memahami. Nah, memahaminya itu tanggung jawabnya siapa ya, termasuk orang tua, termasuk praktisi kesehatan, termasuk orang-orang yang mempunyai ilmu di bidang tersebut. Sebenarnya psikologi, itu harus benar benar memberi edukasi secara jelas gitu loh tapi tidak memberi edukasi saja tapi memberi solusi, jadi enggak hanya eh lu anak ADHD lu lu brain root lu gitu enggak gitu jadi solusinya penjagaannya lebih kepada seperti itu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: -Menyerap informasi tidak hanya sepenggal saja -adanya kontribusi bersama antara ibu, praktisi dan anak remaja -tidak hanya edukasi tapi solusi	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	Z: Kalau gitu, pendekatan apa nih yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remaja? R: Komunikasi, yang pasti. Yang pasti kalau komunikasi benar, insya Allah benar itu. Anaknya juga mau terbuka ya. Saling terbuka, intinya diskusi bareng. Z: Kalau gitu saran nih untuk ibu yang memiliki anak remaja di luar sana agar informasi di media sosial itu bisa lebih bermanfaat buat orang tua maupun anak? R: umumnya kalau remaja dia kan punya waktu sekolah, nah waktu sekolah itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Memberi reward pada anak remaja -Kunci utama komunikasi dengan anak, kalau anak mau terbuka	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		yaudah dia tidak boleh pegang hp, jangan cari sekolah yang boleh bawa hp. nah ketika pulang ya berarti dia punya reward karena udah belajar tadi, boleh silahkan lebih kepada apa yang sudah kewajiban-kewajiban dia di rumah itu dikerjakan... no problem okee, misal kalau itu tidak dikerjakan berarti kan dia tidak boleh main HP contohnya kalau seperti di rumah misalnya kayak di rumah kan sudah ada kewajibannya membuang sampah, cuci piring gitu sekedar mengangkat baju ngaji nah kalau misalnya ngaji dia masih mau main HP, ya ditarik dilarang ngaji dulu seperti itu, gitu aja kalau terlalu dikekang nggak boleh nggak bisa juga kita juga main HP. Z: Iyaa bener R: Makanya main HP kadang kan anak tuh kalau misalkan terlalu didikte atau terlalu dikekang kan makanya jadi berontak dia jadi kayak aduh kita juga sebagimu pusing kayak gini juga udah banyak berontaknya kan dilarang-larang main HP iya bener sih iya.			
16	Peneliti bertanya kepada informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal	Z: Kalau gitu jenis konten informasi yang ideal menurut informasi itu seperti apa? jenisnya apakah edukasi hiburan opini.... R: Tergantung kepada generasinya, tapi kalau kulihat sekarang-sekarang itu memang anak harus audiovisual minimal podcast, kadang kalau praktisi kesehatan juga kalau emak-emak nih agak tua suka, tapi kalau anak-anak sekarang kayaknya	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan nada santai	Penjelasan informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal: -Audio-visual seperti podcast	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		nggak begitu deh dilihatnya ya sekilas-sekilas doang itu.			
17	Peneliti bertanya kepada informan mengenai jenis konten yang ideal	Z: Kalau gitu kita masuk ke jenis konten nih. Jadi aku jelasin dulu jenis konten itu ada apa aja. Jadi jenis konten itu berkaitan dengan isi atau topik kontennya. Itu bisa ada edukasi, hiburan, informasi atau berita testimoni promosi atau iklan tutorial maupun opini. Kalau gitu pertanyaannya jenis konten kesehatan mental seperti apa nih yang kira-kira dibutuhkan? R: Mungkin lebih kepada praktisi kesehatan kali ya dokter-dokter gitu ya lebih pada membahas seperti itu, karena anak sekarang tuh enggak enggak bisa hanya cerita gitu, kadang logika gitu lebih kepada praktisi kesehatan gitu sebenarnya banyak juga kan influencer juga cerita ini cerita itu, tapi kadang bener juga gitu mereka kan juga masih baca, tapi kadang kalau aku lebih percaya kepada yang yang ngomong praktisi kesehatan psikolog kayak gitu gitu lebih terpercaya lah... Z: Ibaratnya informasinya lebih percaya gitu backgroundnya yang membawa informasinya kayak gitu. oke oke kalau itu lebih berarti bentuk video ya	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai jenis konten ideal: -Edukasi	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial
18	Peneliti bertanya kepada informan mengenai isi konten yang ideal	Z: Kalau gitu kita masuk ke bentuk konten nih jadi di bentuk konten itu ada yang namanya bentuk penyajiannya itu bisa ada teks, teks itu ada artikel caption atau threads, terus ada gambar, gambar itu bisa berbentuk poster atau infografis, ada video, video kayak yang short, real vlog	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal: -Diskusi dua arah dengan remaja dan praktisi kesehatan	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		kalau di youtube... terus ada audio, audio podcast terus ada live streaming live streaming itu biasanya di youtube atau di tiktok, terus juga kalau selalu itu kayak slide, video slide itu biasanya di Instagram, di Twitter juga bisa di TikTok juga bisa nah pertanyaannya itu bentuk konten informasi kesehatan mental apa yang paling sering ditonton atau dilihat? R: Podcast karena lebih menarik itu durasinya kan panjang kalau podcast, aku cenderung sering nonton malah ya, terkait isu-isu baru aja misalnya kalau isu sekitar kesehatan mental enggak secara spesifik ya... cenderung tapi lebih kepada misalnya nih ada kasus, misalnya anak ini dari kecil terdidik dengan kayak kemarin tuh yang di Jakarta dia kan sekolah rapi anak yang terdidik, sekolah tidak pernah bermasalah tiba-tiba kan bunuh orang tuanya nah itu kan nah, padahal kan orang tuanya juga orang tua yang dosen, itu lebih cenderung aku mencari hal itu membaca kenapa ya, penyebabnya apa ya kok bisa gitu loh kadang ada hubungannya juga padahal itu juga beragama kok kayaknya, nah itu aku bilang silent itu yang kadang kita di kota itu enggak tahu karena pengaruh medsos kalau menurutku mah, bisa sampai berpikiran membunuh orang tua kan itu kan yang meninggal neneknya meninggal ibunya yang selamat kalau enggak salah lebih pada gitu podcastnya kasus gitu ya.		
--	--	---	--	--

Lampiran 12 Open Coding informan 4

Data Informan

Nama Lengkap : Lia Yulianti

Alamat : Ciater, Tangerang Selatan

Usia : 35 Tahun

Latar belakang Pendidikan : S2

Usia anak remaja yang dimiliki : 1 (Perempuan)

Wawancara dilakukan pada hari Selasa, 22 April 2025, pukul 17.00 – 17.48 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 4. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian formal setelah bekerja.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	L: Aku Lia Yulianti. Z: Lalu pekerjaannya? L: Pekerjaan aku guru di Tk Pembangunan Jaya. Z: Terus kita lanjut kesini ya. Tadi nama juga udah disebutkan. Kalau sekarang boleh usianya? L: Usianya 35 tahun. Z: Pendidikan akhirnya? L: S2 Magister Pendidikan. Z: Terus area tempat tinggalnya? L: Di Ciater. Z: Kalau boleh tahu join grup Komutas Kesehatan Mental? L: Enggak sih ya. Z: Selanjutnya latar belakang informasi anaknya ya. Pertama jumlah anak yang dimiliki dulu? L: Ada dua.	Informan menjawab dengan posisi duduk, sambil memerhatikan peneliti dengan postur santai dan tenang.	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		Z: Terus jumlah anak remaja yang dimilikinya? dari Kementerian Kesehatan 10-18 tahun. L: Yang dimilikinya, satu sih baru beranjak. Kebetulan anakku yang pertama 10 tahun. Z: Untuk urutan usia anak remajanya L: Anak pertama Z: Terus untuk Jenis kelaminnya? L: Perempuan.			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: Kita lanjut ke ini ada kebiasaan pengguna media ya. Kalau boleh tahu platform media sosial apa yang dimiliki informan? L: Aku ya? eummm ada Instagram, TikTok. Soalnya sekarang update itu banyak di TikTok. Apa lagi ya? Z: Facebook? L: Facebook ada cuma ga terlalu aktif. Terus ada Telegram. Apa lagi ya? Z: Twitter? L: Twitter engga sih, dulu aja sempet punya cuma udah di delete aja. Z: Kalau boleh aku sebutin, Tadi ada TikTok, Instagram yang aktif sama Telegram ya? L: ekhem iyaa, Facebook akunya ada aktif, cuma jarang buka aja. Karena langsung nyambung ke Instagram. Z: Ohh iya bener ya. Meta-meta itu. L: Jadi jarang buka. Tapi dari Instagram kan kelihatan. Z: Oh gitu. Berarti kalau misalkan itu dari ke empat tadi, kira-kira sejak kapan punya akunya?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, nada bicara yang santai, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		L: Aku dari 2009. Z: Itu media sosial apanya? L: Facebook 2009, Instagram dari tahun berapa ya? 2010 kayaknya. Z: Kalau Telegram Tiktok? L: Kalo itu 2017 an lah Z: Baru ya satu-satu lagi tadi tuh apa tuh? Threads yaa? L: Oh Threads, itu aja sih karen nyambung sama Instagram, jadi masi baru, Cuma buat lihat-lihat info aja. Z: Kalau gitu, dari empat platform yang disebutin, alasan utamanya tuh apa sih kalau boleh tau? L: Karena ini sih, update berita ya. Z: Oh, berita. L: Sekarang kan, apa ya, semua kan update-nya di... apa sih, media sosial ya kita cari yang terupdate paling cepet aja sih kalo menurut aku sih, paling cepet tuh kayak Tiktok, Twitter cuma ya... Instagram sih ya, itu aja sih yang menurut aku paling cepet informasinya Z: Ohh informasinya, oh berarti lebih suka kayak berita-berita? kalo berita-berita itu kayak bisa ekonomi, politik, atau kesehatan, atau gaya hidup? L: Campur sih ya, macam-macam Z: Oke oke kalo boleh tau nih, dalam seminggu biasanya informan itu mengakses media sosial seberapa sering dalam seminggu? L: Hampir tiap hari yaa, karena kan tiap hari itu kita harus update ya ada berita apa berita apa jadi tiap hari Z: Kalau kita lihat perharinya nih seberapa lama sih durasinya?		
--	--	--	--	--

		L: Nggak lama sih ya paling setelah dari jam 12, jam 1 lah ya, jam 1 ada jeda lagi, paling malem, ya mungkin ada 3 jam, 4 jam Z: Itu sambil kayak fokus atau sambil nyambi? L: Sambil nyambi, kalau malam baru mungkin bisa fokus ya kayak sambil istirahat gitu ya, kalau siang kan sambil makan terus palingnya malam sih, sore ke malam. Z: Kalau gitu konten-konten umum seperti apa nih yang biasa ibu konsumsi di media sosial tersebut? L: Konten umum maksudnya kayak gimana nih? Z: Kayak misalnya tadi kan sempet di mention berita kan atau ada gak sih hal yang kayak alasan utama lebih spesifik lagi mungkin kayak gitu yang bikin tertarik? L: Konten-kontennya itu sih kayak sekarang sih cara menangani anak kayak gitu karena kan menangani anak tips-tips kayak gitu, terus ya berita-berita politik juga terus gabungan sih ya banyak sih, kayak gitu sih tapi banyaknya cara kayak menghadapi tips-tips atau gitu ya tips-tips kayak gitu sih sama terakhir ya masak masak deh. Z: Bener sih bener sih, apa sih namanya kalau misalkan itu lebih sukanya itu bentuk video kah atau bentuk tulisan kan ada foto cuma tulisan atau video atau gimana?		
--	--	--	--	--

		L: Lebih suka sih kayak video iya tapi kan kalau tips-tips gitu biasanya gambar aja ya sama tulisan gitu tapi kalau lebih tertarik emang video ya kayak bentuk reels atau tiktok di scroll. Kayak gitu sih lebih lebih menarik			
3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	L: Kesehatan mental itu sih penting ya jadi buat kita apa sih khususnya buat aku atau anak nih? Z: Penting buat ibu dulu abis itu baru anak. L: Kesehatan mental itu penting ya karena Aku juga kerja, jadi kayaknya apa ya? Pentinglah seminggu dua kali buat kita refresh juga Karena kan kerja, pastikan orang kerja ada jenuhnya, ada stresnya, ya kan? Jadi penting buat diri sendiri, kesehatan mental ya caranya kayak tadi, bukan selain healing, tapi self-reward caranya ya me-time, me-time itu kan orang beda-beda ya dengan cara dia tadi scroll media sosial itu termasuk me-time juga termasuk lah, apalagi kalau udah karena kan udah punya anak nih jadi biar gak diganggu ya cara satu me-time juga sih menurut aku. Kesehatan mental kita penting ya karena udah kerja terus di rumah ada anak kita butuh waktu juga buat ya kesehatan mental sendiri ya biar gak stress biar gak marah-marah gitu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -Kesehatan mental berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, seperti mengelola stress dan sebagainya.	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	Z: Kalau gitu apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental? L: Pernah	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi: -Edukasi (gampang tidur, lifestyle)	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		Z: Kalau boleh tahu boleh ceritain gak konten apa yang pernah dilihat? L: Ini sih buat kayak kita lebih fresh terus apa sih ya kita gampang tidur. Z: Oh, lebih ke video edukasi gitu ya? L: Iya, video edukasi. Oh, sama lifestyle. Sekarang kan kita susah tidur juga ya. Jadi gimana nih? Cuma cepet tidur, Gitu sih. Z: Kalau gitu tadi yang dilihat mungkin yang biar bisa tidur cepet itu kira-kira platform media sosial apa? L: Di Instagram, terus... Z: Tiktok? Pernah lewat juga? L: Pernah sering lewat Itu sih Z: Tapi kalau misalkan boleh pilih salah satu aja nih, kira-kira lebih di platform apa tuh? L: Instagram sih ya Z: Instagram reels atau apa? L: Iya itu sih	diucapkan cukup tenang dan santai, sesekali tersenyum		
5	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah informasi percaya atau tidak	Z: Kalau gitu jenis konten kesehatan mental Seperti apa nih yang informan butuhkan? L: Apa yang dibutuhkan? Lebih kayak Itu sih tadi Tempat liburan, Ohh tips-tips yang buat ya kesehatan kayak gitu sih tempat healing ya. Z: Tempat-tempat referensi yaa. L: Referensi buat nanti healing untuk melepaskan stress, kayak cafe-cafe gitu, gausa jauh-jauh yang deket misal	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi: -Healing, tempat referesi liburan	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait informasi	Z: Kalau boleh tau ada gak sih kayak misalkan kan kalau aku tuh suka banget sama ini namanya, namanya siapa ya, ohh	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil	Penjelasan informan mengenai memilah	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	kesehatan mental yang meragukan	sunda indah Pokoknya dia tiktokers gitu, dia ngomongin soal kesehatan mental jugaa, kira-kira ada gak? L: Ada, tapi lupa siapa ya. Sering lewat. Tapi namanya lupa deh. Sering kok ada. Z: Itu di apa? L: Di TikTok. Tiktok tuh banyak sih. Tadinya sih ya. Tiktok. Kadang di Instagram juga ada. Di TikTok juga ada. Tapi aku lupa namanya ya. Sering sih Tapi aku jarang orangnya yang gak pernah follow. Karena kan dia kalau algoritmanya kalau kita sering buka dia akan muncul lagi, jadi aku gak mau yang follow terlalu banyak gitu kan karena kalau follow terlalu banyak tuh kayak apa ya feedsnya juga kan, kayak instagram juga di follownya udah kebanyakan nih kayaknya ada yang gak penting deh yang kayak gitu.	memegang handphone dengan kalimat yang diucapkan santai	informasi berdasarkan relevansi informasi: -sering namun tidak memfollow	Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan terkait kredibilitas informasi	Z: Tapi pernah gak ketika menonton konten itu kayak ngerasa ah emang bener ini kontennya atau kayak gak percaya atau gimana? L: Ya kita buktiin sih ya percaya gak percaya Z: Apa cenderung kayak mau buktiin lagi tapi lewat website atau apa gitu. L: Ohh pernah pernah jadi kita lewat website eh bener gak sih gitu kan terus gini gini gitu pernah juga sih kayak gitu Z: Kalau gitu menurut informan konten informasi yang ideal seperti apa? L: yang ideal tadi sih sempet ada juga ya kayak gini ya bersama ya yang ideal yang tadi video ada narasinya yang gak terlalu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan reflektif	Penjelasan informan mengenai kredibilitas informasi: -Menggali bukti untuk percaya pada informasi -pernah mengecek lewat website -konten kreator sama aja	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		lama sih intinya jelas singkat padat langsung ke intinya. Z: kan apalagi sekarang tuh content creator banyak banget kan, Terus abis itu dia mau dari background apapun tuh bisa jadi content creator dan itu kira-kira mempengaruhi gak sih kayak langsung percaya aja gitu sama informasi tersebut L: Gak juga sih ya soalnya kita kan lihat juga nih terusnya juga karena kan sekarang kan content creator tuh banyak samanya ya kayak nyontek-nyontek gitu. Z: Terus juga kadang apa yang di upload tiktok suka aja juga di instagram gitu L: Jadi kayak itu memang ya sama sih ya Z: Kayak konten mirroring gitu kan L: Sekarang kebanyakan yang asli original itu cuma ada beberapa ya jadi pinter pinter kita sih milih kontennya sama influencernya dulu siapa nih yang bener-bener emang bisa dipercaya atau kemarin kan ada yang ikut-ikutan aja kan cuma ikutan konten luar negeri lah apalagi kadang caranya juga cuma temen followers lah dan lain sebagainya.			
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai informasi kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja	Z: oke oke paham, kalau gitu apakah informan mengetahui nih konten-konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja? mungkin aku jelasin dulu kali ya kalau dari aku tuh ada kayak di Instagram sih itu namanya @socialconnect.id itu dia kayak semacam komunitas kesehatan mental khusus anak muda jadi dia tuh kayak bikin seminar, workshop dan lain sebagainya. Ada juga	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada dan intonasi informan sedikit rendah.	Penjelasan informan mengenai exposure atau paparan informasi kesehatan mental remaja: -informan mengatakan tidak tahu secara spesifik,	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		@menjadimanusia.id juga dia seperti itu, terus ada lagi ini beda lagi namanya @studiodjiwa, mungkin kalau mau dicek bisa, itu kayak akunnya itu dia lebih kayak kepada mengekspresikan apa yang dirasakan melalui lukisan dan lukisannya tentunya akan di-upload gitu dan pas aku cek tuh emang anak muda kayak gitu yang suka melukis dan gambar dan lain sebagainya dan setelah itu ada @behome.id tapi kalau @behome.id ini lebih difokuskan ke anak-anak yang bukan anak-anak juga sih pokoknya orang yang dia merasa broken home jadi kayak perlu biar gak ngerasa sendiri atau gimana jadi dirangkul bersama-sama. Kira-kira mengetahui gak sih sebelum aku mungkin yang aku sebutin tadi? L: Platformnya itu sebelumnya gak tau, belum tau cuma memang kalau dilihat Oh, ada sekilas-sekilas lewat di media sosial tuh ada, ya kan? Cuma kalau untuk yang tadi disebutkan sih belum... Z: Belum tahu ya? L: Iya, belum tahu sih Cuma memang ada, mungkin namanya aja kali ya beda, Apa ya? Nggak tahu juga sih lupa, karena kan... Cuma lewat aja sekilas Cuma nggak diseriusin, ada beberapa kali aku nyimpen tp keknya udah tenggelam yaa... Z: Kayak cuma sekedar aja gitu ya? L: Iya, sekedar, oh ini, ini, ini, udah gitu			
9	Peneliti bertanya kepada informan mengenai kedalaman	Z: Oke oke berarti buat kita bisa memilih konten-konten ya. Kalau gitu nih ya dengan adanya informasi yang didapatkan	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang	Penjelasan informan mengenai atensi	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	pemahaman informasi kesehatan mental remaja	nih kan udah banyak banget juga informasi-informasinya, Apakah dapat membantu informan dalam kesehatan mental pada remaja saat ini? L: Membantu sih ya membantu sekali sih Z: Kalau boleh tahu apa tuh alesannya? L: Ohh karena sekarang kan konten ya, ngebantu banget yang males baca. Sekarang kan udah kalau dulu kan banyak buku kita tapi kalau sekarang dengan konten konten kayak gitu, mereka yang ngelihat dari buku mereka yang menyampaikan kita yang dapat informasinya gitu jadi lebih simpel sih ya gitu. sangat membantu sih	diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	informasi kesehatan mental remaja: -informasi kesehatan mental dapat membantu ibu dalam relasi dengan anak remaja	Kesehatan Mental Remaja
10	Peneliti bertanya kepada informan terkait latar belakang informan sejak dini	Z: kalau gitu kita lanjut yang selanjutnya ini terkait pengalaman terkait kesehatan mental yang pertama pernahkah informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? waktu kecil dapat sosialisasi kayak diskusi terkait kesehatan mental bersama dengan orang tua? L: ada kali yaa, cuma lupa yaa, ada sih ada cuman apaa yaa? beda dulu jamannya kan gaada media sosial ya... jadi dulu tuh beda media sosial itu kan baru keluar tuh di atas 2004-2005, jadi paling sih ini aja ya diskusi-diskusi gitu aja sih Z: Kayak misalkan kamu kalau jadi anak tuh harus yang baik gitu L: Ya palingnya gitu aja. Cuma kalau dulu kan jarang ya. Jadi kita cuma dapet ya dari orang tua. Kayak gitu sih	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai blueprint informan: -Untuk kesehatan mental, informan jarang mendapatkannya dari orang tua.	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

11	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja terkait kesehatan mental remaja	Z: Ohh iya sih benar. Kalau gitu gimana nih informan tuh ada gak sih kayak menetapkan aturan khusus terkait membatasi penggunaan dan konten yang boleh diakses? L: Itu sih kita kasih waktu ya. Hanya boleh... libur satu minggu aja, kalau hari biasa paling kalau ada kegiatan penting kerja kelompok cuma boleh buka whatsapp aja kalau hari Senin sampai Jumat, paling sampai Jumat siang ya, Jumat sore udah boleh yaudah akhirnya disimpan, karena ada kerja kelompok, pokoknya bakal dikasih kalau itu berkaitan dengan sekolah gitu ya, itu selebihnya sih enggak disimpan Sabtu minggu boleh. Z: Kalau gitu ada informan tuh menggunakan aplikasi atau fitur khusus gak sih untuk memblokir konten-konten yang bisa berpengaruh pada kesehatan mental? kan kalau misalkan keseringan walaupun keseringan atau nonton-nonton konten konten yang kurang baik itu kan itu kan bisa berpengaruh kesehatan mental amat kayak gimana? L: Itu sih dibatasi sih karena kan disitu pilihannya ada usia ya pas kita bikin akunnya... ya bisa sih dibatasi itu sih jadi jadi biar kontennya udah terlalu apa ya terlalu terlalu berlebihan lah... iya itu sih itu pas buat	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -Membatasi konten yang dikonsumsi saat membuat akun -Membatasi penggunaan media sosial	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
12	Peneliti bertanya kepada informan	Z: Oke, oke. Kalau gitu, apakah informan pernah nih berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya:	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

	terkait relasi dengan anak Remaja	L: Hmm. sering sih ya... cara ya diskusi terus sama ada akun apa kirim ke dia, kirimnya lewat DM, jadi kita nemu apa nih untuk anak-anak itu kan langsung ke di apa Apa sih namanya? Format ya? Dibagikan ya? saling link gtuu. Itu sih lebih ke fungsi itu sih. Z: Jadi diskusinya tuh melalui video, nanti kasih tau nih kayak gini-gini gitu ya. Kayak gitu. Oke, oke. L: Paling kalau mau tidur deh ngobrol gitu.	yang diucapkan santai dan ringan	-Jika ada konten yang bermanfaat di share ke anak melalui DM -Sebagai bahan untuk diskusi bersama	Kesehatan Mental Remaja
13	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	Z: Tantangan dan kendala yang informan alami saat melakukan pemantauan? L: Tantangannya ya, itu sih, apa ya, tantangannya kita kadang kalau kerja, jadi kita nggak setiap saat bisa mantau terus... yang, apa ya, informasi-informasi yang datang walaupun kita udah batesin, tapi dia bukanya apa, itu kita nggak bisa nolak sih ya. Soalnya sudah terjadi juga gitu kan. Karena kan, apa ya, sekarang tuh, apa aja bisa diakseskan, jadi itu kalau jangan enggak dari media aja dari YouTube itu juga punya kalau YouTube itu tadi YouTube udah nggak mungkin pakai YouTube kids... udah nggak mau, itu sih tantangannya ya karena ya anak sekarang kan apa ya susah batasinnya ya kalau udah tau udah pinter juga sendiri nyari sendiri, jadi mau gak mau beradaptasi juga gitu susah itu sih tantangannya ya susah menghadapi era digital	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala: -Ketika anak sudah mulai menolak untuk membatasi konten dan penggunaan media sosial	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

14	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Udah cukup ya buat untuk mendapatkan informasi-informasi yang tertarik ya, oke-oke lanjut nih kita ke digital parental mediation-nya yang pertama apakah ibu melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan mediation? L: Oh iya dong, mantau jadi kayak dia kan minta pakai Instagram sama, paling kalau download aplikasi store itu harus mamanya yang pegang terus kayak Instagram juga integrasikan emailnya ke email aku jadi dia nggak bisa sembarangan kayaknya download, download game atau download aplikasi jadi itu harus pakai aku passwordnya, dia harus izin dulu, Z: Itu udah punya ponsel juga? L: Iya, udah punya, karena kan penting ya kalau sekarang, karena belajar dulu kan dari iya sih gitu sekarang penting ya terus dia pengen punya media sosial instagram oke boleh tapi mamanya yang pantau gitu dan passwordnya juga mamanya jadi kepantau terus Z: Akunnya juga mamanya yang buat ya? L: Iya gitu Z: Kalau gitu bagaimana informan mengamati penggunaan media sosial anak remajanya jadi ketika saat menggunakan media sosialnya apakah ditemani? L: Karena aku kerja ya jarang ditemenin ya tapi jarang ditemenin karena kerja kalau mungkin kalau di rumah ya dilihat sih sebenarnya sih dipantau aja dari dari apa sih dari instagramnya dia online apa	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: - Remaja boleh akses media sosial tapi tetap dibawah pengawas orang tua	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
----	--	---	---	--	--

		enggak oh iya bisa kelihatan sih bener-bener Udah sih media sosialnya baru itu aja sih satu, yang kayak tiktoknya nggak aku kasih. Z: Ohh nggak, jadi Instagram aja? L: Instagram aja karena temen-temennya udah punya Instagram, dia mau yaudah, tapi kalau tiktok nggak.			
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	Z: Betul sekali gitu ya... oke oke oke dan mungkin ini pertanyaan terakhir ya pendekatan apa yang paling efektif untuk melakukan pemantauan kesehatan mental remajanya? L: Itu sih ngobrol bareng terus mendekatannya ya edukasi terus sih... kayak bikin aturan ya boleh pakai ini lebih ke ngobrol sih ya pokoknya diskusi ya diskusi bareng ya itu... Z: Ya ada kedekatan antara ibu dengan anak gitu ya jangan sampai gak ada komunikasi gitu L: terus baru kita lihat ada apa sih lihat apa coba, kalau dia lagi pake handphonenya cobaa lihat gtuu Z: Okee deh kalau begitu Terima kasih banyak untuk kesempatannya.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Diskusi dan ngobrol dengan anak remaja terkait aturan bersama	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
16	Peneliti bertanya kepada informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal	Z: Contohnya itu mungkin kayak sebenarnya ini masih bersinggungan sama yang sebelumnya sih kayak misalkan bentuk kontennya tuh aku dari penelitian tau tuh ada kayak biasanya tuh kayak Nikita Willy, Nikita Willy kan dia lebih parenting kan dia lebih kayak video di Youtube dan lain sebagainya. kayak gitu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka tersenyum, sesekali mengernyitkan dahi	Penjelasan informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal: -Podcast dan Video Pendek	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		terus ada juga yang kayak misalkan cuma sekedar tulisan-tulisan aja kayak gitu jadi kayak bentuk kontennya tuh seperti apa atau ke podcast kah? L: Podcast sama video pendek sih ya... kalau YouTube kan sekarang panjang banget ya durasinya ya... jadi kayaknya lebih ke tips yang video-video pendek kayak cuma berapa detik doang paling gitu ya iya satu menit lah satu menit gitu karena kan sekarang kadang jamannya kadang baca agak males ya jadi cukup dari video video pendek kelamaan juga agak bosan kan.. Z: Ya pokoknya kayak kalau detik-detik awal udah menarik, biasanya kan kita ke turun sana nonton ya L: iyaa... itu sih lebih tertarik	dan alis, dengan nada santai		
17	Peneliti bertanya kepada informan mengenai jenis konten yang ideal	Z: Kalau gitu menurut informan konten informasi yang ideal seperti apa? L: yang ideal tadi sih sempet ada juga ya kayak gini ya bersama ya yang ideal yang tadi video ada narasinya yang gak terlalu lama sih intinya jelas singkat padat langsung ke intinya.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai jenis konten ideal: -Narasi dengan gaya informasi simpe, singkat, padat dan jelas	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial
18	Peneliti bertanya kepada informan mengenai isi konten yang ideal	L: Podcast sama video pendek sih ya... kalau YouTube kan sekarang panjang banget ya durasinya ya... jadi kayaknya lebih ke tips yang video-video pendek kayak cuma berapa detik doang paling gitu ya iya satu menit lah satu menit gitu karena kan sekarang kadang jamannya kadang baca agak males ya jadi cukup dari	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan santai	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal: -singkat dan ringkas dalam video pendek (maks. 1 menit)	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		video video pendek kelamaan juga agak bosan kan.. Z: Ya pokoknya kayak kalau detik-detik awal udah menarik, biasanya kan kita ke turun sana nonton ya L: iyaa... itu sih lebih tertarik			
--	--	--	--	--	--

Lampiran 13 Open Coding Informan 5

Data Informan

Nama Lengkap : Ati Rohati
 Alamat : Sawangan, Depok
 Usia : 44 Tahun
 Latar belakang Pendidikan : S1
 Usia anak remaja yang dimiliki : 2 (Perempuan)

Wawancara dilakukan pada hari Rabu, 14 Mei 2025, pukul 07.00 – 07.40 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 5. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian formal sebelum berangkat kerja.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	Z: Jadi mungkin kita langsung aja ke pertanyaan pertama ya. Kita juga ngomongin tentang latar belakang informan dulu, informan ibu. Kalau boleh tau namanya siapa? A: Ati Z: Untuk usianya? A: 44 tahun. Z: Pendidikan akhirnya? A: S1 Z: Area tempat tinggalnya? A: Komplek Griya Sasmita Z: Kalau gitu sekarang kita ke latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki? A: Tiga Z: Terus sebelumnya kalau dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10-18 tahun. Jadi kira-kira jumlah anak remaja yang dimilikinya? A: Oh, ada dua.	Informan menjawab dengan posisi duduk, sambil memerhatikan peneliti dengan postur agak sedikit tegang	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		Z: Ada dua itu. Kalau boleh tahu, untuk urutan posisi anaknya, yang remaja yang keberapa? A: Yang remaja sekarang usianya 17 tahun. Z: Oh, itu yang... Nomor pertama? Kalau yang kedua? A: 14 tahun. Z: Kalau gitu, untuk jenis kelaminnya, yang tadi anak remajanya? A: Dua-duanya perempuan			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: Oke kita langsung ke pertanyaan pertama ya ini terkait dengan kebiasaan penggunaan medianya kira-kira platform media sosial apa yang dimiliki informan? A: Ada Instagram, terus ada Tiktok juga terus ya udah paling yaudah, kalau Google engga kan ya? Z: Instagram atau TikTok aja ya? Kalau yang lebih sering diaksesnya itu diantara Instagram atau TikTok? Apa dua-duanya? A: Dua-duanya, tapi sekarang lebih ke TikTok Z: Terus kalau boleh tahu, Instagram itu sejak kapan dan TikTok itu sejak kapan kalau boleh dikira-kira? A: Instagramnya... udah lama juga tuh sekitar 8 tahunan lah Z: 8 tahun kebelakang ya berarti ya? kalau TikTok baru tahun ini? A: Tahun inilah dan baru-baru tahunnya kan lagi viral-viralnya kan TikTok kan jadi ikut-ikutan. Z: Oke oke... tadi sempet di mention juga kan kayak kalau Tiktok itu kan karena	Informan menjawab dengan posisi tubuh, nada bicara yang santai, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		viral ya kalau boleh tahu kayak Instagram itu alasannya buat apa sama pertama awalnya kan IG dulu? A: Kalau IG biasa lihat resep, terus ya lihat kayak kajian-kajian, terus lihat juga yaa mungkin teman-teman juga. Lihat dari situ. Terus ya lihat, masalah-masalah yang di rumah gitu nanti kita cari. Kadang di IG informasinya. Z: Terus dalam seminggu nih. Biasanya tuh. Sering mengakses media sosial tuh seberapa sering? A: Dalam seminggu? Seminggu. Kayaknya hampir tiap hari kita ngeliat. Z: Kalau gitu dari seharinya itu kira-kira berapa jam durasinya? A: Palingan satu jam sih. Kalau sehari sejam, nanti kita ngelakuin kegiatan lain nanti mungkin kita lihat lagi. Ya bisa lah sekitar 3 jam-an lah seharian. Itu kalau lagi santai aja. kalau lagi santai kalau misalkan lagi sibuk kerja ya gak dibuka sama sekali paling cuman ngintip aja sebentar Z: Bener sih bener... terus tadi juga tadi kayak mention juga kan nyari informasi terus masak-masak gitu kan berarti alasan utama informasi tersebut konten umumnya tadi ya? A: Intinya sebenarnya sih pertama kayak misalkan ya itu liat resep terus kedua juga kadang melihat kayak yang kajian kajian kayak misalkan ya tentang masalah keluarga tentang anak kayak gitu.		
--	--	---	--	--

3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	Z: Kita pertanyaan selanjutnya ya ini pengetahuan terkait kesehatan mental jadi sebenarnya aku mau ngejelasin dulu kesehatan mental dari pandangan aku terus ini aku juga ngutip dari google jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis dan juga sosial seseorang itu tuh kayak mempengaruhi cara kita berpikir merasakan dan bertindak dalam menghadapi hidup jadi pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan tetapi juga kemampuan seorang individu itu mengelola stres sehari-hari dalam bekerja, perusahaan produktif dan berkontribusi dalam kehidupan sosial mereka. Nah jadi pertanyaannya mungkin apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental menurut informan sendiri? A: Kesehatan mental dari kita sendiri atau?? Z: Dari sendiri menurut pemahaman informan A: Mungkin dari tekanan ya, dari masalah banyak masalah jadi membawa kita juga jadi ke emosi kayak stress mungkin gitu ya mungkin ya mungkin masalah-masalah mungkin dari tempat kerja atau dari di rumah juga kayak kita nih dari anak juga gitu kan tapi jadi terkadang dibawa gitu bawa ke kehidupan kita seharian cepat emosi gitu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif.	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -Tekanan dan masalah dapat memicu stress & emosi cepat meledak	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
---	---	--	---	---	---

4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	A: Maksudnya kayak Masukan-masukan Kayak gitu, Terus... Z: Berarti dari lebih ke cerita gitu kali ya... A: Kayak cerita Kayak cerita Lebih relate lah intinya Iya jadi yang dibutuhkan kayak cerita lebih relate gitu ya dibanding kayak tulisan atau gimana gitu kayak contoh kasus mungkin atau gimana ya contoh kasus itu juga sama juga sih itu juga kan dari situ kan jadi kan berjalan kan biasanya kan gitu kan ceritanya seperti itu kan. jadi dari kasus nah ya udah terkadang dari kasus-kasus itu juga kan kita kan juga belajar juga seperti ini gak ya kadang anak-anak kita gitu Z: Kalo misalkan ngeliat itu tuh sampe ngefollow gak apa? Cuma ngeliat aja sekedar ngeliat? A: Kadang keduanya. Kalo paling ngefollow sama nge-like. Kalo misalkan, apa ya, maksudnya yang cerita-ceritanya itu yang pemberitahuan informasinya itu yang udah ke inilah, udah ke kita, gitu. Maksudnya yang deket sama kita, gitu. Maksudnya ke sehari-hari pemberituannya atau apa, biasanya kita itu. Kita follow.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan cukup tenang dan santai,	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi: -Fokus terkait pendekatan religius untuk motivasi diri dan memfollow juga	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
5	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah informasi percaya atau tidak	Z: Berarti kira-kira informasi seperti apa nih yang informan percaya gitu? Apakah memang informasi tersebut misalkan... dicetuskan dari kementerian apa atau gimana atau cuma dari kisah hidup orang pengalaman orang atau gimana yang dipercaya?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan ringan	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi: - Kesesuaian dengan permasalahan yang	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		A: Kalau misalkan dari pemerintah kayaknya enggak juga di mungkin kayak lebih ke kehidupan orang pengalaman pengalaman seseorang kadang kan ada juga yang sama dengan yang kita alami ya kadang kan gitu jadi ya kayak begitu-begitu deh.		dialami sebagai informasi paling relevan	
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait informasi kesehatan mental yang meragukan	Z: Kalau begitu, apakah informan pernah merasa ragu atau bingung dengan informasi tersebut? Informasi yang pernah dilihat pastinya. Pernah merasa bingung atau ragu? A: Ragu ya, pernah ada. Terkadang, masanya seperti ini sih, masanya begitu sih, masanya seperti ini. Z: Jadi lebih refleksi diri juga gitu ya? A: Iya.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan tenang dan agak terbata bata sedikit.	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan relevansi informasi: -Pernah meragukan apabila persoalan yang dialami tidak related	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan terkait kredibilitas informasi	Z: Kalau gitu apakah informan percaya nih dengan informasi kesehatan mental yang berada di media sosial? Soalnya kan banyak banget ya, karena sekarang informasi udah semakin cepat gitu kan, kadang aja informasi yang kayak kebenarannya tuh gak bisa dibilang benar kalau melaksananya sebagainya. Kira kira percaya gak gitu? A: Ya, ada yang percaya, ada yang gak. Masalahnya kan banyak ya, kadang kita nerima yang ini, terkadang ada lagi gitu kan, masukannya gitu seperti ini. Jadi ya bingung juga sih, ya percaya sih ada yang betulnya juga, tapi yang... ya tergantung tergantung kitanya aja sih, kalau misalnya kita yakin Ama yang ini, dengan apa dengan ini, dengan informasi informasi	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan ringan.	Penjelasan informan mengenai kredibilitas informasi: - Bersikap selektif, percaya jika sesuai dengan keyakinan pribadi, dan menyadari bahwa banyak informasi yang bertentangan	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		ini... ya percaya, tapi kan sesuai keyakinan kita aja Z: Kayak di cross check lagi mungkin... A: Iyaa, jadi kan enggak semuanya kita terima gitu kan, terkadang kan yang ini jawabannya seperti ini yang ini seperti ini yang ini seperti ini jadi gitu... Jadi ya udah sesuai keyakinan kita aja yang kita bisa terima. Oh ya, berarti ini seperti ini.			
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai informasi kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja	Z: Kalau gitu nih ini nyambung juga nih, kira-kira apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang memang dikhususkan buat remaja diperuntukkan untuk remaja? A: Kenapa? Z: Mengetahui gak tentang konten kesehatan mental yang diperuntukkan untuk remaja khusus buat remaja? A: yang ada kontennya? Eum apaa yaa? Z: Yang kalau misalkan ini sih kontennya gimana ya? Belom berarti ya? Belom tau gitu ya? A: Belom Z: Ohh belum tau siapa? Belom pernah lewat gitu di breanda? Belom ya? A: Belom. Z: Terus buat remaja? A: Kebanyakan kayak misalkan lebih ya itu yang paling yang kalau yang konten konten kayak gitu sih belum. Tapi cuman kayak cerita-cerita seseorang tapi itu kan karena udah usia juga ya maksudnya orangnya. Tapi kalau misalkan untuk konten yang anak remaja sih, ada juga sih. Tadi siapa ya lupa tuh?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada dan intonasi informan sedikit rendah.	Penjelasan informan mengenai exposure atau paparan informasi kesehatan mental remaja: - Pernah melihat, namun fokus pada masalah emosional remaja dan lupa sumbernya	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

9	Peneliti bertanya kepada informan mengenai kedalaman pemahaman informasi kesehatan mental remaja	A: Kenapa tadi? Z: Jadi bagaimana informan itu mulai menyadari bahwa ternyata informasi kesehatan mental itu penting? A: Yaa sejak pertama punya-punya anak yang tumbuh remaja ya maksudnya pas memulai-mulai SMP yang sikapnya juga ke anak ya yang sikapnya juga yang udah mulai berubah gitu... maksudnya udah berbeda lah, nah itu kadang suka kita cari cari ya dari informasi-informasi itu aja gitu dari IG atau apa atau dari pengalaman seseorang... nah jadi lebih ya pokoknya pas berancak dewasa aja SMP kan mulai berubah kan yang yang mulai-mulai berontak lah gitu ngelawan gitu seperti itu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	Penjelasan informan mengenai atensi informasi kesehatan mental remaja: - Mulai memperhatikan informasi saat anak masuk usia remaja dan pengalaman orang lain terkait perubahan perilaku anak	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
10	Peneliti bertanya kepada informan terkait latar belakang informan sejak dini	Z: Ya soalnya, by the way, kadang yang aku baca juga sih, kalau misalkan anak remaja itu, kayak sering dapat kontennya itu kadang sampai ada istilah self diagnosa gitu loh. Kayak nonton tuh kayak, ya deh kayaknya kayak gini deh, kena kecemasan dan lain sebagainya kayak gitu loh. Terus kita ke pertanyaan selanjutnya. Pernahkah informan dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? A: Kesehatan mental? Apa ya? Ya kayak Kalau jangan Gampang marah kayak gitu Iya sih Yang gampang marah Terus Apa lagi ya? Jangan cepet marah Jangan cepet tersinggung Kayak gitu-gitu sih, Kayak emosi Terus ya pokoknya gitu aja deh.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai blueprint informan: - Ada nilai yang diajarkan, perempuan harus bisa masak, jangan mudah marah atau tersinggung, kesehatan mental berarti control emosi	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		Z: Iya soalnya kalo misalkan dari Informan yang sebelumnya juga bilang kayak Ya pokoknya kamu harus jadi anak baik dan sebagainya Kayak gitu Terus-terus ya rajin belajar Biasanya kan kayak gitu... A: Iya terus ya cewek itu harus pintar ini lah, harus pintar ini lah, bukan sekedar ini aja harus bisa masak lah, atau kayak gitu.			
11	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja terkait kesehatan mental remaja	Z: Kalau gitu, apakah informan memiliki kontrol diri ini sepenuhnya setelah mengetahui informasi kesehatan mental remaja? A: Kayak lebih dekat sama anak-anak. lebih kita mau ngasih apa ya arahan-arahan aja sih sama mereka gitu harus ya inget lah inget harus sayang sama diri mereka sendiri sih intinya sih seperti itu dan masa depan juga bisa lebih seperti itu. Z: Kalau gitu harapan informan buat remaja nih buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental yang ada di media sosial saat ini? A: harapan kayaknya lebih mendekatkan diri sama agama semuanya sih seperti itu mungkin kan kayak sekarang mungkin ya mungkin kan sekarang anak-anak ini kan kayak misalkan ada game-gamenya ya mungkin kalau kayak kalau misalkan saya juga sama mungkin dibawahnya itu mungkin lebih nih jadi lebih ke semuanya itu lebih ke agama deh kayaknya deh harapannya. Kita arahinnya ke agama terus lebih dekat juga, makanya sekarang kan serem ya kesehatan mental anak-anak	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -Nilai religius, tanggung jawab pribadi, cinta diri sendiri	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		mungkin itu dari agamanya juga kayak mereka ngelakuin-ngelakuin hal-hal yang kayak tadi lah, tuh yang sampai ini terus juga kadang anak yang suka dan perlu pendekatan lah.			
12	Peneliti bertanya kepada informan terkait relasi dengan anak Remaja	Z: Berarti kan dari tindakan itu ya udah jadinya jadi itu ada tiga ada tiga bentuk gitu ternyata orang tua itu melakukan pemantauan anak remaja itu ada yang emang dibebasin ada yang emang diwaktuin sama yang satu lagi ada di kayak di jadi temen kayak gitu berarti sekarang lebih kayak apa tuh kalau dari ketika tadi A: Kalau diwaktuin main hp iya, mungkin temen kali ya di lebih deket jadi gitu jadi iya dijadiin temen terus terkadang ya... kalau dijadiin temen itu mungkin kalau misalkan lagi main hp jadi mungkin kita suruh kita panggil kita buat apa mungkin kita bantuin buat kue atau apa gitu ya seperti itu aja sih kalau gitu ada kegiatan di dapur lah biar jadi rajin juga gitu ya ada kegiatan positif gitu...	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya: -Relasi dibangun lewat aktivitas kebersamaan seperti masak	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
13	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	Z: Terus kira-kira tantangan dan kendala apa yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya? A: Kayak misalkan dia lebih senang ikut lomba menggambar itu kalau misalkan ada lomba menggambar dia tuh senang terus paling kita supportnya paling kalau misalkan apa yang dia butuhin kita memenuhi kebutuhan dia kayak misalkan alat lukisnya atau apa gitu terus kegiatan kayak anak yang nomor 2 dia lebih senang menari jadi yaudah kita dukung seperti itu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala: - Adanya tantangan secara implisit untuk memastikan dapat mendukung aktivitas anak (gambar & menari)	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

14	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Kalau gitu harapan informan buat remaja nih buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental yang ada di media sosial saat ini? A: harapan kayaknya lebih mendekatkan diri sama agama semuanya sih seperti itu mungkin kan kayak sekarang mungkin ya mungkin kan sekarang anak-anak ini kan kayak misalkan ada game-gamenya ya mungkin kalau kayak kalau misalkan saya juga sama mungkin dibawahnya itu mungkin lebih nih jadi lebih ke semuanya itu lebih ke agama deh kayaknya deh harapannya. Kita arahnya ke agama terus lebih dekat juga, makanya sekarang kan serem ya kesehatan mental anak-anak mungkin itu dari agamanya juga kan kayak mereka ngelakuin-ngelakuin hal-hal yang kayak tadi lah, tuh yang sampai ini terus juga kadang anak yang suka dan perlu pendekatan lah	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: -Remaja semakin dekat dengan agama sebagai pegangan ditengah permasalahan an digital	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	Z: Kalau gitu saran nih untuk ibu-ibu di luar sana yang memiliki anak remaja agar informasi di media sosial itu lebih bermanfaat buat orang tua maupun anaknya? A: Saran-saran kalau apa ya untuk di info apa informasi di kayak misalkan di Instagram atau dimana itu lebih lebih penting sih lebih penting kadang sesuai dengan apa ya apa yang kita alami ya, mungkin sering sering baca, jadi itu kadang buat masukkan kita buat masukkan kita juga gitu kalau misalnya	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Ibu sebaiknya banyak membaca informasi di media sosial untuk mendapat masukan yang relevan dalam menghadap i anak	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		apa yang kita alami gitu kita bingung mau bertindak apa kadang kita baca dari situ... kadang ada cerita yang sama kita mungkin itu masukannya seperti itu sih kayak buat penenang diri terus masukkan buat diri kita sendiri seperti itu sih.			
16	Peneliti bertanya kepada informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal	dilengkap dengan gambar atau apa gitu ya jadi yang biar menarik gitu. Z: Kalau boleh tahu kira-kira itu nanti pertanyaan selanjutnya sih bentuk konten informasi terkait kesehatan mental remaja yang ideal itu seperti apa? ini bentuknya sekarang bentuknya A: Contohnya seperti apa? Z: Bentuknya misalkan kayak podcast atau video A: Video kali ya, kalau podcast kadang anak-anak kurang sih kayaknya sih soalnya podcast kan lebih baik mendengarkan juga kayaknya lebih ke video video kan soalnya bisa jadi ada gambar contoh kasusnya dan lain sebagainya	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, ekspresi muka sedikit mengernyitkan alis dengan nada reflektif	Penjelasan informan mengenai bentuk konten paling menarik dan ideal: -Video	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial
17	Peneliti bertanya kepada informan mengenai jenis konten yang ideal	A: Yang idealnya itu ya kayak misalkan sekarang ini anak-anak lebih ya kalau misalkan apa ya aduh kemarin itu anak-anak kayak kayak gambar gitu loh kayak yang anime-anime gitu ya kayaknya ya maksudnya kayak apa sih yang kayak cerita cerita gitu loh Apa ya?? Z: Aku sebenarnya nge-follow studio jiwa ya. Studio jiwa itu dia, kalau ini lukisan sih. Jadi kayak misalkan apa yang dipendam dalam hati tuh sampai ini	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai jenis konten ideal: -Unsur ilustrasi, visual, anime mengenai pengalaman hidup.	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		lukisan. Kayak gitu juga mungkin. A: Mungkin seperti itu ya. Jadi kan, kebetulan kan anak pertama itu kan ini kan senang gambar juga kan. jadi mungkin lebih ke situ, mungkin dia juga melihat dari situ juga dari pesannya itu pernah dikasih tahu, jadi ya seperti itulah pokoknya yang paling ideal ya kayaknya sih, mungkin kalau misalkan anak sekarang kan ngelihat zamannya ya mungkin yang beda sama kita gitu, mungkin misalkan kayak gitu dilengkapi dengan gambar atau apa gitu ya jadi yang biar menarik gitu.			
18	Peneliti bertanya kepada informan mengenai isi konten yang ideal	Z: Mungkin kalau jenisnya kan tadi kayak ada edukasi, hiburan, testimoni, tutorial, atau filmik, kayak gitu. Kira-kira apa yang dibutuhkan deh? A: Kayaknya film kali ya, kalau misalkan kayak gitu. Kan ada tuh film tuh yang di bioskop tuh kan, yang dia tuh apa, formatnya ketawa sama orang tua tuh sampai nangis gitu kan ada tuh kayaknya lebih ke film deh... tapi anak-anak juga nggak mau nonton lebih ke kayak... film animasi gitu deh atau atau juga kayak misalkan ada tulisan gitu kan pernah juga ngeliat ya, tentang orang tua tuh marah tuh bukan karena gak sayang, mungkin karena sayang, mungkin karena apa-apa-apa biasanya kan ada yang kayak gitu, itu kadang suka di-share ke anak-anak... kayak gitu orang tua tuh marah-marah bukan berarti gak sayang berarti mengingatkan buat kalian juga, seperti itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal: -Isi berupa contoh yang relateable, penjelasan singkat dan narasi seperti “orang tua marah bukan karena benci, tapi karena sayang”	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

		kadang di-share lagi ke anak-anak tuh biar mereka lihat, gitu kadang video atau apa mungkin kalau film		
--	--	--	--	--



Lampiran 14 Open Coding Informan 6

Data Informan

Nama Lengkap : Anna Imam

Alamat : Pangkalan Jati, Depok

Usia : 42 Tahun

Latar belakang Pendidikan : D2

Usia anak remaja yang dimiliki : 2 (Laki-Laki)

Wawancara dilakukan pada hari Sabtu, 17 Mei 2025, pukul 11.00 – 12.00 WIB, yang dilakukan secara offline, bertepatan di kediaman rumah informan 1. Pada saat wawancara, informan mengenakan pakaian informal.

No	Personal View/ Refleksi Diri	Isi Transkrip Wawancara	Keterangan Observasi	Intisari/Keterangan	Kategori
1	Peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, dan mempersilahkan informan untuk menjelaskan latar belakangnya.	An: Nama aku Anna Imam Z: Untuk pekerjaannya? An: Pekerjaan aku ibu rumah tangga yang banyak hal yang dikerjakan Z: Untuk usianya? An: Usianya 42 tahun Z: Untuk pendidikan akhirnya? An: Pendidikan akhir itu berarti aku D2 yaa D2 PGTK Z: Selanjutnya kita ke latar belakang informan anaknya ya. Jumlah anak yang dimiliki? An: Ada dua. Z: Oke, sebenarnya aku mau jelasin kalau dari Kementerian Kesehatan itu anak remaja itu usia 10 sampai 18 tahun. Kalau boleh tahu jumlah anak remajanya nih yang dimiliki berapa? An: Ada dua. Z: Oh, dua. Kalau boleh disebutkan usianya? An: Usianya berarti 14 tahun dengan 16 tahun.	Informan menjawab dengan posisi duduk, sambil memerhatikan peneliti dengan postur santai dan tenang.	Penjelasan Informan mengenai informasi diri : -Nama -Pekerjaan -Usia -Pendidikan Terakhir -Area Tempat Tinggal -Usia dan Jenis Kelamin anak Remaja yang dimiliki	Latar Belakang/Profil Informan

		Z: Ohh, yang kedua 14, yang pertama 16? An: Iyaa Z: Oke, untuk jenis kelaminnya? An: Laki-laki keduanya			
2	Peneliti bertanya kepada informan terkait kebiasaan penggunaan media sosial	Z: Kita lanjut ke kebiasaan penggunaan media ya. Yang pertama itu platform media sosial apa nih yang dimiliki informan? An: Sorry, informan itu anak atau saya? Z: Ibunya dulu An: Aku, kalau aku media sosial aku nggak terlalu aktif ya ini ya media sosial dengan IG dan Facebook. Aku cuma pake WA aja sih yang aktif. ohh yaa sama Youtube paling. Z: Oh ya, aktif. Kalau aku boleh sebutin tadi IG, Facebook, WA ya? Kalau boleh tau sejak kapan itu? An: Sejak kapan? Mungkin 5 tahun yang lalu lah ya. Z: Oh, 5 tahun yaa tiga-tigannya. An: Ada mungkin lebih dari ya semenjak Handphone Smartphone Ada aja sih Mungkin ada 10 tahun yang lalu 1 Z: Ohh itu untuk apa tuh? Facebook? An: Enggak Aku hanya WA aja Z: Ohh WA aja Oke... Kalau gitu boleh ceritain gak sih Alasan informan tuh Memiliki platform tadi Ketiga tadi Instagram Facebook Dan Whatsapp Itu untuk apa? Boleh jelasin mungkin dari Instagram dulu Alasannya buat apa? An: nggak sih aku kalo IG, itu memang dari awal bikin sampai detik aku pakai. Z: Tapi akunya punya?	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada bicara yang santai, ekspresi sesekali mengerutkan dahi, untuk mengingat hal yang akan dijawab.	Penjelasan informan mengenai kebiasaan penggunaan media sosial: -Platform media sosial yang dimiliki -Tahun penggunaan medsos -Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial

		An: Akunnya punya dan itu juga kebetulan juga waktu itu bikin karena memang buat usaha ya dulu tuh, tapi nggak berjalan terus Facebook pun sama buat usaha, kalau sekarang yang aktif itu WA, kalau WA itu satu buat komunikasi ya buat komunikasi terus ya buat usaha juga sih. Z: Ohh gitu oke kalau gitu dalam seminggu nih biasanya tuh informan itu mengakses media sosial itu seberapa sering dari instagram facebook sama whatsapp? An: Dalam seminggu itu setiap hari Z: Ohh setiap hari ya oke setiap hari kalau gitu perharinya itu berapa lama kalau diperkirakan perhari berapa lama? An: Kan sehari 24 jam yaa, tidur itu 12 jam ya mungkin kurang lebih 10 jam lah karena saya cepat tidur Z: Oke oke kalau gitu konten-konten umum seperti apa nih yang biasa informan konsumsi? di media sosial tersebut konten apa yang suka dilihat biasanya An: lapor pak si lucu itu aja karena di rumah sendirian, jadi saya menghibur diri Z: Ohh gitu... oh berarti konten itu kayak lebih hiburan ya An: Benar hiburan aja sih yang aku lihat aku gak mau bikin pusing paling kalau memang berita ya media sosial paling yang sering aku lihat berita itu metro terus ya apa ya udah, paling TVR Parleman Z: Kalau gitu gitu alasan utamanya nih informan mengakses konten tersebut buat apa?		
--	--	--	--	--

		An: Buat biar tahu informasi yang satu yang kedua karena saya punya suami disitu, biar nyambung aja kalau ngobrol bahasanya.			
3	Peneliti bertanya kepada informan terkait definisi kesehatan mental.	Z: Okee, kita selanjutnya ke pengetahuan terkait isu kesehatan mental. Jadi aku mungkin bakal jelasin dulu apa sih kesehatan mental yang aku dapet juga dari Google. Jadi kesehatan mental itu mencakup kesejahteraan emosional, psikologis dan sosial seseorang. Nah, ini tuh mempengaruhi bagaimana cara kita berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi hidup. Jadi, pengertian kesehatan mental itu bukan hanya sekedar bebas dari gangguan seperti stres atau depresi, tetapi juga kemampuan individu untuk mengelola stres sehari-hari dalam bekerja secara produktif dan berkontribusi secara sosial. Kalau gitu nih, apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental sendiri? An: Kesehatan mental itu berarti kan... kita tuh kan awalnya dari sehat itu, berarti kan untuk diri sendiri ya berarti sehat itu berarti tidak sakit jadi gimana caranya ibu yang di rumah ini kita sehat dengan sehat itu semua seisi rumah itu sehat semuanya... berarti kan sehat dengan sehat itu berarti happy bahagia sih,	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai definisi kesehatan mental: -Mental sehat, kalau ibu bahagia maka rumah tangga ikut sehat dan bahagia	Pengetahuan Ibu generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
4	Peneliti bertanya kepada informan terkait Perilaku Konsumsi Informasi	Z: Jadi kata kuncinya happy dan bahagia yaa, Kalau begitu apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental? An: Sejauh ini sih gak pernah	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone,	Penjelasan informan mengenai perilaku konsumsi informasi:	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi

		sih... yaa tentang apapun kesehatan mental belum yaa ya gak pernah sih	kalimat yang diucapkan cukup tenang dan santai, sesekali tersenyum	-Tidak pernah mengakses atau mencari informasi kesehatan mental	Kesehatan Mental Remaja
5	Peneliti bertanya kepada informan terkait memilah informasi percaya atau tidak	Z: kalau gitu jenis konten informasi kesehatan mental apa yang tersedia dan mudah dibaca di informan dari aku yang jelasin tadi apakah hiburan, edukasi, informasi, atau opini atau berita atau gimana? An: Kalau aku sih paling buka konten itu konten sesuatu yang memang apa namanya menghibur aja sih gituu, tapi untuk buat anak remaja kesehatan mental apaa, sejauh ini gak pernah yaa...	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi: -Fokus pada konten yang menghibur saja	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
6	Peneliti bertanya kepada informan terkait informasi kesehatan mental yang meragukan	Z: Kalau gitu bagaimana informan mulai menyadari nih bahwa informasi kesehatan mental itu penting gitu Menyadari kayak, oh ternyata emang walaupun saya nggak terlalu ini, cuma ternyata penting juga gitu. Kapan yang mulai menyadarinya atau bagaimana? An: Kalau buat aku sendiri, ya balik lagi tadi, karena belum butuh ya. Karena sejauh ini alhamdulillah aman-aman saja. Kalau buat ini, maksudnya ini pertanyaan buat aku atau buat orang di luar sana? Karena kan aku tidak merasakan hal itu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone dengan kalimat yang diucapkan santai dan yakin pada pendirian	Penjelasan informan mengenai memilah informasi berdasarkan relevansi informasi: -Tidak merasa butuh karena belum merasa mengalami masalah kesehatan mental	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
7	Peneliti bertanya kepada informan terkait kredibilitas informasi	Z: Okee gak pernah, kalau gitu apakah informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial? An: Percaya kalau yang memang menyampaikannya memangnya itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan reflektif	Penjelasan informan mengenai kredibilitas informasi: -Percaya apabila disampaikan oleh	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		kompetensi di bidangnya ya. Seperti misalnya dokter psikiater ya, dokter jiwa itu ya kita sejauh ini sih percaya ya dengan informasi. apa namanya, apa yang dibicarakan tapi sejauh ini aku gak pernah buka sih tentang kesehatan mental gak pernah kepo-kepo juga gitu ya		psikiater yang kompeten dibidangnya	
8	Peneliti bertanya kepada informan mengenai informasi kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja	Z: Kalau gitu apakah informan mengetahui nih tentang konten kesehatan mental yang memang khusus di peruntukan remaja? An: Sejauh ini aku gak pernah lihat dan kalau dibilang gak pernah buka konten kesehatan mental, nah cuman yang dipastikan kalau saya kalau buka sesuatu memang saat yang butuh ya... saat yang butuh dan kalau dibilang langsung kita ke ahlinya gitu, jadi nggak yang sekarang ini hari banyak ya yang mengadakan webinar-webinar, yang kalau dibilang bukan ahlinya gitu, jadi saya pikir untuk apa saya ngebuka sesuatu yang kalau bilang... satu tidak penting, yang kedua misalnya ikut ke seminar, kegiatan apa yang memang untuk kesehatan mental yang kita masih meragukan... maaf ya dengan kesehatan mental permasalahan kita kan beda-beda gitu, pun apa namanya menjelaskannya dan kalau dibilang saya takutnya khawatirnya tidak tepat jadi makanya lebih baik saya ke ahlinya atau memang ke dokter psikiater itu lebih jelas gitu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, nada dan intonasi informan meyakinkan dan teguh pada pendirian	Penjelasan informan mengenai exposure atau paparan informasi kesehatan mental remaja: -Tidak pernah membuka konten kesehatan mental remaja	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
9	Peneliti bertanya kepada informan	Z: Okee berarti kalau gitu apakah informan pernah meragukan gitu atau	Informan menjawab dengan posisi tubuh	Penjelasan informan mengenai atensi	Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y

	mengenai kedalaman pemahaman informasi kesehatan mental remaja	merasa bingung dengan informasi tersebut? Soalnya emang banyak banget kasus-kasus nya pada remaja yaa ituu, istilah yang namanya self diagnosa gitu, jadi apa yang informasi apa yang tersebar di media sosial itu kadang suka kayak iya deh kayak kayak gue deh ini atau kayak aku deh padahal belum tentu karena kan berarti itu belum tentu dia kena kesehatan mental cuman karena berita-berita tersebut dia ngerasa dirinya kayak mendiagnosa, padahal belum tentu kan dia kan juga belum ke psikolog atau ke psikiater kayak gitu jadi takutnya ada informasi yang kurang valid gimana gitu kan dan biasanya juga yang aku baca sih dia tuh merasa relate itu di kayak gitu tuh di media sosial terutama tuh kayak ada komentar-komentar negatif atau dia tuh apa ya kayak FOMO gitu istilahnya jadi kayak misalkan orang mau... ini jadi tuh ada orang mau ini tuh dia tuh jadi kayak ikut-ikutan gitu jadi kayak nanti muncul anxiety ya kecemasan kayak gitu sih, jadi kira-kira pernah meragukan nggak atau merasa bingung gitu? An: karena sejauh ini anak-anak namanya jauh juga ya di asrama jadi mereka juga kalau misalnya untuk fomo kegiatan yang dibawa negatif atau bagaimana enggak ya terus pun dikala memang mereka di rumah misalnya apa namanya kegiatan yang kalau dibilang di luar rumah sejauh ini masih aman-aman aja sih karena aku balik, lagi ke anak-anak itu tidak menjadikan mereka tuh, ya kalau dibilang	duduk, kalimat yang diucapkan reflektif, dengan intonasi nada tenang, stabil,	informasi kesehatan mental remaja: -Tidak memberikan atensi secara informasi konten digital karena belum merasa membutuhkan	Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
--	---	--	--	--	--

		tidak ada jarak lah ya bahkan Alhamdulillah, sejauh ini anak-anak pun apapun diceritakan ke orang tuanya... nah itu fungsinya kalau dibilang kita jadi teman ke anak ya gitu karena kita membiasakan membiasakan diri ke anak kita membuka pemikiran kita nah bahkan anak sendiri nanti lama-lama terpancing untuk cerita.			
10	Peneliti bertanya kepada informan terkait latar belakang informan sejak dini	Z: Kalau gitu kita lanjut ke pengalaman nih terkait kesehatan mental kira-kira pernah gak sih informan tuh dulu waktu kecil dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua? An: Dari orang tua kayaknya enggak ya soalnya ya mungkin kalau kesehatan mental, mungkin kehidupan yang kalau dibilang orang tua jalani itu bisa kita jadi contoh sih apapun yang memang apa namanya kerja kerasnya mereka apa namanya rajinnya ibadah... mereka itu kan secara tidak langsung itu mengajarkan kita ya gitu yang tidak harus banyak dibicarakan tapi mereka praktek langsung. Secara tidak langsung kita mencontoh itu semua sih sama seperti yang saat ini saya lakukan, saya pikir anak sekarang itu tidak usah yang kita banyak untuk apa namanya kita mengajarkan dengan teori ya jadi ya sudah praktek saja langsung bahkan dengan praktek langsung mereka paham gitu loh, Insya Allah sih sejauh ini lebih baik seperti itu ya jadi mereka merasakan bagaimanaanya gitu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan Informan mengenai blueprint informan: -Tidak diajarkan secara verbal tentang kesehatan mental, belajar dari kerja keras, rajin	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

11	Peneliti bertanya kepada informan pemantauan dan nilai yang dianut pada remaja terkait kesehatan mental remaja	An: Dari orang tua kayaknya enggak ya soalnya ya mungkin kalau kesehatan mental, mungkin kehidupan yang kalau dibilang orang tua jalani itu bisa kita jadi contoh sih apapun yang memang apa namanya kerja kerasnya mereka apa namanya rajinnya ibadah... mereka itu kan secara tidak langsung itu mengajarkan kita ya gitu yang tidak harus banyak dibicarakan tapi mereka praktek langsung. Secara tidak langsung kita mencontoh itu semua sih sama seperti yang saat ini saya lakukan, saya pikir anak sekarang itu tidak usah yang kita banyak untuk apa namanya kita mengajarkan dengan teori ya jadi ya sudah praktek saja langsung bahkan dengan praktek langsung mereka paham gitu loh, Insya Allah sih sejauh ini lebih baik seperti itu ya jadi mereka merasakan bagaimananya gitu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai pemantauan dan nilai yang di anut: -mengandalkan nilai praktikal dibanding teori	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
12	Peneliti bertanya kepada informan terkait relasi dengan anak Remaja	Z: Selanjutnya nih, Apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental? An: Kalau untuk diskusi sih enggak ya diskusi yang intens sekali untuk ngomong kesehatan mental tapi kalau apapun anak-anak itu di membiasakan apa-apa cerita, dan kalau dibilang anak-anak walaupun anak saya laki ya tapi sejauh ini mereka tuh terbuka dengan banyak hal dan itu mereka pasti apa-apa bertanya terutama ke ibunya karena saya membiasakan ibunya ini menjadikan dia adalah teman curhat, kalau terbuka dengan anak kayak gitu kan anaknya selainnya punya teman lagi	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai relasi dengan anak remajanaya: -Pendekatan membiasakan terbuka sejak dini, dengan ibunya.	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

13	Peneliti bertanya kepada informan mengenai tantangan dan kendala terkait pemantauan informasi kesehatan mental remaja	Z: Oke oke kalau gitu kira-kira tantangan atau kendala tertentu yang informan alami saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya? An: Tantangannya kalau dibilang sejauh ini saya gak pernah yang bagaimana sih ya santai aja... paling apapun saya selalu mengingatkan anak-anak apabila kamu ada masalah nak apalagi jauh dari ibu jangan lupa untuk cerita sama Allah, terus yang kedua kalian kan butuh teman untuk bagaimana ya untuk membuka dan kalau dibilang jangan itu semua dipendam... jadi intinya ceritakan kepada Allah, yang kedua kamu punya buku punya pulpen biasakan apapun yang memang kamu ingin ceritakan ditulis dengan semua apa yang kamu ingin curhatkan sebelum ke orang lain. Apabila memang sudah terasa lebih ringan permasalahan yang kamu saat itu rasakan gitu ya sudah lebih tenang Alhamdulillah kamu mau cerita ke teman kamu boleh tapi lihat dulu apa ya profil dari orang itu bagaimana... apakah dia dewasa apakah dia memang bisa untuk menyelesaikan masalahmu tapi apabila kamu tidak percaya dengan orang tersebut ya sebaiknya kamu bisa ceritakan ke orang yang dewasa yang kamu anggap dia orang baik dan itu kamu anggap dia adalah orang tuamu karena jauh dari orang tua kalau dulu ketika anak-anak di rumah saya kalau dibilang anak-anak apapun diceritakan.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan santai dan ringan	Penjelasan informan mengenai tantangan dan kendala: - Tidak merasa ada tantangan besar, justru mengajak anak melalui pendekatan religius dan reflektif	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
----	--	--	--	---	--

14	Peneliti bertanya kepada informan terkait harapan untuk anak remaja	Z: Kalau gitu harapan informan nih buat remaja di luar sana terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital yang saat ini yang pastinya kan informasi udah kesebar dimana-mana kadang kita gak tau ya informasi itu bener atau tidak kira kira harapannya buat remaja terkait kesehatan mental gimana? An: Jadi kalau aku harapannya kayak sekarang nih anak-anak sekarang asrama nanti kayak Afan kan anak kedua itu kan udah selesai tuh, dia mau sekolah di luar ketika dia sekolah di luar sebenarnya sih ya memang rada khawatir ya, khawatir apalagi teman-teman. Dan kalau dibilang anak sekarang ya kalau dibilang ya nggak semuanya negative, ada yang banyak bahkan kalau dibilang jadi yang kita harapkan ke anak-anak adalah kita cari lingkungan yang baik lingkungan yang sehat dengan lingkungan yang baik, teman-teman yang baik kita terbawa positif terus kalau untuk apa namanya dengan lingkungan kita positif pastinya terbawa yang baik untuk kegiatan mereka pun mau apa namanya mereka mau pilih dengan kehidupan yang mereka Insyaallah pasti kehidupan yang baik gitu. Jadi karena Sejauh ini kayak anak-anak ya waktu kemarin kumpul saya lihat dengan kehidupan anak-anak di luar sana ya, yang SMP itu punya bahasa yang bagaimana, pakaiannya bagaimana, terus sudah berteman dengan lawan jenis gitu ya. Ya saya hanya melihat dan ketika pulang saya bertanya ke anak-anak dan alhamdulillah	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, dengan kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai harapan untuk anak remaja: - Remaja bisa berada di lingkungan yang positif, karena akan memberikan dampak baik bagi hidup mereka	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja
----	--	---	---	--	--

		sejauh ini anak-anak tidak terpengaruh karena apa? Karena memang basic dia dari kecil sudah kuat. kita tanamkan dengan ilmu agamanya gitu jadi mereka tahu mana sisi yang memang baik mana sisi yang tidak baik jadi cukup yang kalau dibilang yang mereka pikir itu tidak baik mereka hanya melihat lalu ketika kita tanyakan dan mereka paham gitu loh oh ini cuma ini kok oh ini ini gitu... terus kalau kita sampaikan dengan cerita seandainya terus mereka hanya bertanya kalau seandainya ya aku gak akan mau gitu salah satunya misalnya dekat dengan lawan jenis mau gak deh gini aku gak mau, terus kalau misalnya dia suka, ya terus gimana aku gak mau seperti itu, jadi sesimple itu kita gak yang ngomong panjang lebar, dan anak ini kalau dibilang gak mau, ya terus harus bagaimana seperti itu sih.			
15	Peneliti bertanya kepada informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif kepada anak remaja	An: saran aku sih, karena informasi itu kan banyak ya, yang baik, yang tidak baik gitu jadi kalau kita mengajarkan ke anak itu nah kembali lagi apapun masalah atau mental kalau kamu lagi drop itu biasanya kamu menenangkan diri itu salah satunya bikin hati kamu happy kalau ada masalah kan happy itu kan susah itu salah satunya apa? salah satunya dari kita itu harus sehat sehat itu apa? sehat itu pagi hari biasanya minum air putih udah minum air putih kalau kerasa hari itu tuh kayaknya kayaknya akan berat nih masalah kedepan nih kayaknya lagi kusut nih hari itu nah itu	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk sambil memegang handphone, kalimat yang diucapkan reflektif dan meyakinkan.	Penjelasan informan mengenai pendekatan dan saran yang paling efektif: -Ajarkan kepada anak untuk menenangkan diri saat drop mental (menjauhi konten negative)	Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja

		salah satunya adalah apa kalau memang ada ruang waktu kosong itu biasanya olahraga pagi atau jalan pagi dan kita jalan pagi kita melihat dunia kita melihat dunia intinya yang dari kecil aja dulu kita bangun tidur ya kalau sholat sih pasti ya, sholat lah ya habis selesai sholat kegiatan beres semua kasur apa kamar gitu ya Nah itu berasa kayaknya pengen healing, healing gak usah jauh-jauh, healing itu jalan jalan, kita sapa orang kalau ketemu orang, kita kasih senyum dan kalau dibilang kita bersyukur hari itu dan biasanya kita menghirup pagi Alhamdulillah berkata seperti itu nah itu di pagi hari kita jalan kita ketemu orang kita menyapa orang gak usah jauh-jauh menyapa orang tuh selamat pagi cukup dengan itu kita bisa utarakan dari mulut kita yang mana orang yang kita kenal itu kita nggak kenal itu hati kita bahagia itu sih			
16	Peneliti bertanya kepada informan mengenai isi konten yang ideal	Z: Kalau gitu nih jenis konten yang tadi aku jelaskan kayak hiburan, edukasi dan lain sebagainya, kira-kira jenis konten informasi yang ideal menurut informan itu seperti apa? khususnya informasi tentang kesehatan mental kira-kira apa? An: Yang ideal ya memang harusnya sih mencari orang yang tepat, apa yang dibicarakan dan mungkin dari sisi apa yang dibicarakan itu mungkin ada sisi benarnya jadi memang harus dicari yang memang benar-benar orangnya yang memang berkompetensi di bidang itu.	Informan menjawab dengan posisi tubuh duduk, kalimat yang diucapkan reflektif	Penjelasan informan mengenai isi konten ideal: -Melibatkan dan mencari orang yang kompeten di bidang kesehatan mental, agar isi kontennya valid dan berbobot	Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

Lampiran 15 Axial Coding

No	Kategori/Konsep	Dimensi	Indikator	Keterangan/Temuan	Informan 1 (Endah)	Informan 2 (Khikmah)	Informan 3 (Rahmi)	Informan 4 (Lia)	Informan 5 (Ati)	Informan 6 (Anna)
1	Latar Belakang Informan	Kognitif	-Usia - Pendidikan Akhir - Pekerjaan - Area Tempat Tinggal -Anak Remaja - Usia Anak Remaja -Jenis Kelamin Kepemilikan Akun Media Sosial -Riwayat kesehatann mental ibu	Penjelasan mengenai Enam informan yang mencari informasi kesehatan mental remaja di media sosial	Berusia 47 tahun, dengan latar belakang Pendidikan S1, pekerjaan IRT (ibu rumah tangga), area tempat tinggal kompleks, memiliki 2 remaja dari 3 bersaudara, yang berusia 18 dan 12 tahun, jenis kelamin perempuan dan laki-laki, memiliki akun media sosia Instagram dan Facebook. Memiliki pengetahuan tanpa pengalaman langsung	Berusia 47 tahun, dengan latar belakang Pendidikan SMA, pekerjaan IRT (Ibu rumah tangga), area tempat tinggal kompleks, memiliki 2 remaja dari 3 bersaudara, yang berusia 18 dan 15 tahun, jenis kelamin laki-laki, dan perempuan. Memiliki akun media sosia Instagram, Tiktok, Youtube. Memiliki pengetahuan tanpa pengalaman langsung	Berusia 45 tahun, dengan latar belakang Pendidikan S1, pekerjaan IRT (Ibu rumah tangga), area tempat tinggal kompleks, memiliki 3 remaja dari 3 bersaudara, yang berusia 18, 15 dan 12 tahun, jenis kelamin 1 Perempuan dan 2 laki-laki, Memiliki akun media sosia Instagram, Tiktok, Youtube, Pernah mendampingi orang terdekat	Berusia 35 tahun, dengan latar belakang Pendidikan S2, pekerjaan Guru, area tempat tinggal kompleks, memiliki 1 remaja dari 2 bersaudara, yang berusia 10 tahun, jenis kelamin perempuan, Memiliki akun media sosia Instagram, Tiktok, Facebook, Pernah mengalami secara pribadi	Berusia 44 tahun, dengan latar belakang Pendidikan S1, pekerjaan Arsitek, area tempat tinggal kompleks, memiliki 2 remaja dari 3 bersaudara, yang berusia 17 dan 14 tahun, jenis kelamin perempuan, Memiliki akun media sosia Instagram, Tiktok. Pernah mengalami secara pribadi	Berusia 42 tahun, dengan latar belakang Pendidikan D2, pekerjaan IRT (Ibu rumah tangga), area tempat tinggal Cluster, memiliki 2 remaja dari 2 bersaudara, yang berusia 16 dan 14 tahun, jenis kelamin laki-laki, Memiliki akun media sosia Instagram, Facebook, Memiliki pengetahuan tanpa pengalaman langsung
2	Kebiasaan Penggunaan Media Sosial		-Tahun penggunaan medsos	Penjelasan mengenai Enam informan terkait kebiasaan mengonsumsi	Untuk Instagram, informan menggunakan baru-baru ini	Untuk Instagram dan tiktok informan menggunakan baru-baru ini,,	Untuk Instagram informan menggunakan sejak tahun	Untuk Instagram sejak tahun 2010, facebook 2009 dan tiktok 2017,	Untuk Instagram 2017 dan tiktok 2025, alasan penggunaan mencari	Untuk Instagram dan facebook 2020, alasan penggunaan

			-Alasan penggunaan medsos -Frekuensi penggunaan medsos -Durasi penggunaan medsos -Topik Konten umum	keempat media sosial (Tiktok, Instagram, Facebook, Youtube)	namun untuk facebook sudah sejak lama, yakni tahun 2008 atau 2009, alasan penggunaan karena tren, frekuensi yang dilakukan setiap hari, untuk durasinya hanya pada saat waktu luang saja, dan topik konten yang biasa di cari ialah kesehatan, musik dan film.	sedangkan youtube sudah lama sejak 2016. Alasan penggunaan untuk komunikasi dan mencari informasi, selain itu frekuensi hanya sebulan sekali atau seminggu sekali, duras penggunaan jarang atau hanya sesekali, dan topik kontennya ceramah, belanja online serta resep masak.	2020, facebook 2008 dan tiktok baru-baru ini. Alasan penggunaan karena mengikuti zaman, frekuensi setiap hari, durasii penggunaan dibawah 1 jam, dan topik konten yang sering dibuka adalah parenting, investasi dan jualan online	alasan penggunaan karena ingin update berita, frekuensi setiap hari, durasi penggunaan 1-4 jam dan topik konten yang diakses parenting, politik dan masak	informasi dan mengikuti tren, frekuensi penggunaan setiap hari, durasi penggunaan 1-3 jam dan topik konten yang biasa diakses resep masakan, kajian, keluarga dan anak.	untuk usaha, frekunesi setiap hari, durasi kurang dari 10 jam saat waktu luang dan topiknya hiburan atau berita.
3	Definisi Kesehatan Mental	Kognitif	Apa yang informan pahami tentang definisi dari kesehatan mental?	Penjelasan Enam informan memaknai kesehatan mental secara pribadi	Pikiran tenang, tidak negatif, jiwa sehat maka tubuh sehat	Dukungan keluarga, kebebasan anak, tidak mengekang	Tidak berlebihan pakai gadget, emosi stabil, perlu batasan	Penting untuk jaga diri dari stress kerja, me time sebagai bentuk self-care	Tekanan dan masalah dapat memicu stress & emosi cepat meledak	Mental sehat, kalau ibu bahagia maka rumah tangga ikut sehat dan bahagia
4	Bentuk Penerimaan Informasi Kesehatan Mental	Kognitif	Apakah informan pernah melihat atau mencari konten kesehatan mental?	Penjelasan enam informan mengenai paparan awal mengenai informasi kesehatan mental.	Tidak mencari, hanya lihat sekilas saat lewat di beranda media sosial	Sesekali baca sepintas, namun lebih fokus ke anak & keluarga	Cukup aktif mengetahui informasi, karena mengganggu p seperti penyakit fisik	Fokus terkait relaksasi, seperti video edukasi cepat tidur, lifestyle rekomena si café untuk healing	Fokus terkait pendekatan religius untuk motivasi diri dan memfollow juga	Tidak pernah mengakses atau mencari informasi kesehatan mental

5	Memilah Informasi Berdasarkan Kesesuaian Pribadi	Kognitif	Apakah Informan percaya dengan informasi kesehatan mental yang beredar di media sosial?	Penjelasan enam informan dalam mengatur preferensi informasi yang diterima sebelumnya ke dalam kondisi sebenarnya.	Pilih konten yang cocok & bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari	Menyadari perbedaan zaman, banyak istilah baru yang perlu disesuaikan	Memilah yang baik dan relevan dalam menganalisa diri, sisanya diabaikan agar tidak stress	Pilih konten yang relevan untuk healing & rekomendasi tempat refreshing	Pilih konten relateable, cerita atau pengalaman yang mirip dengan kehidupan pribadi	Fokus pada konten yang menghibur saja
6	Memilah Informasi Berdasarkan Relevansi	Kognitif	Bagaimana Informan menyadari bahwa informasi kesehatan mental tersebut menjadi penting?	Penjelasan enam informan dalam menerima informasi kesehatan mental hanya sebagai syarat informasi yang dianggap relevan sesuai keyakinan pribadi atau	Tidak aktif memperhatikan, hanya melihat informasi yang kebetulan lewat dan tidak mendalami	Menganggap informasi sebagai referensi umum saja, tidak terlalu diambil pusing, hanya sebagai perbandingan dengan pengalaman pribadi	Pentingnya informasi, namun saat merasa bingung jarang cross-check karena rasa malas dan mengutuk an pikiran agar tidak pusing	Tidak suka terlalu banyak follow akun karena akan mengganggu beranda medsos, hanya melihat konten berdasarkan algoritma dan kebutuhan saat itu.	Keseuaian dengan permasalahan yang dialami sebagai informasi paling relevan	Tidak merasa butuh karena belum merasa mengalami masalah kesehatan mental
7	Kredibilitas Informasi Kesehatan Mental	Kognitif	Apakah Informan pernah ragu atau merasa bingung dengan informasi tersebut? Informasi seperti apa yang informan percaya?	Penjelasan enam informan mengenai seberapa percaya dan akurat informasi yang diterima informan dari isi konten kesehatan mental yang tersebar di media sosial.	-	Mengkritisi konten creator yang hanya sekedar “ngomong” tapi tidak jelas kebenarannya.	Meyakini Lebih percaya dengan unsur edukasi, misal ada isu, ternyata tanpa sadar kena mental pada ibu dan anak remaja.	Memverifikasi konten lewat website, memilih konten dan influencer yang dinilai kredibel, menyadari banyak konten tiruan	Memverifikasi konten lewat website, memilih konten dan influencer yang dinilai kredibel, menyadari banyak konten tiruan	Percaya hanya jika disampaikan langsung oleh orang yang kompeten, seperti psikiater atau dokter jiwa apabila dibutuhkan, namun tidak aktif mencari informasi karena merasa tidak butuh.

8	Exposure Informasi Kesehatan Mental Remaja	Kognitif	Apakah informan mengetahui tentang konten kesehatan mental yang diperuntukan untuk remaja?	Penjelasan enam informan mengenai aspek kemunculan awal bahwa ibu generasi X dan Y dalam informasi kesehatan mental remaja.	Tidak familiar dengan isu kesehatan mental remaja, dan bingung saat ditanya topik	Tidak terlalu mengikuti konten tentang kesehatan mental remaja	Tidak pernah mencari atau mengakses, lebih fokus pada isu parenting	Pernah melihat sekilas, tidak serius menanggapi dan tidak ingat detail kontennya	Pernah melihat informasi kesehatan mental remaja yang fokus pada masalah emosional remaja	Tidak pernah membuka konten kesehatan mental remaja
9	Atensi Informasi Kesehatan Mental Remaja	Kognitif	Apakah konten kesehatan mental remaja tersebut membantu informan lebih memahami permasalahan yang dialami remaja?	Penjelasan enam informan dalam mengenali serta memberikan fokus makna terhadap konten-konten kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial	Merasa media sosial sangat berpengaruh kepada kesehatan mental remaja	Merasa perhatian pada masa transisi menuju remaja, terutama lingkungan mempengaruhi kesehatan mental remaja	Merasa apabila anak remaja mencari informasi kesehatan mental, maka konsistensi peran ibu ditingkatkan	Merasa konten informasi kesehatan mental remaja sekarang lebih simple dan membantu secara emosional dibanding harus membaca buku	Merasa informasi kesehatan mental remaja membantu dari informasi opini, testimoni orang lain terkait perubahan perilaku anak	Tidak memberikan atensi secara informasi konten digital belum merasa membutuhkan, namun membiasakan diri ke anak untuk membuka pikiran positif
10	Latar belakang informan sejak dini	Sosial	Pernahkah informan dulu waktu kecil, dapat sosialisasi terkait kesehatan mental dari orang tua?	Penjelasan enam informan mengenai konstruksi awal pemaknaan kesehatan mental yang terbentuk dalam diri informan hingga memengaruhi pola pikir dan respons mereka terhadap informasi kesehatan mental.	Dulu kesehatan mental diidentikkan dengan “gila”, adanya pola asuh nilai agama, sopan santun dan tidak mengenal istilah kesehatan mental secara eksplisit	Pendidikan masa kecil fokus pada larangan dan aturan moral, adanya penanaman nilai benar salah sejak dini	Pola asuh model parenting POC (apa kata orang tua nurut), menekankan ketaatan tanpa ruang diskusi	Pola asuh tradisional tanpa pengaruh media sosial, informasi diskusi hanya dari orang tua tapi terbatas	Ada nilai yang diajarkan, perempuan harus bisa masak, jangan mudah marah atau tersinggung, kesehatan mental berarti control emosi	Tidak diajarkan secara verbal tentang kesehatan mental, belajar dari kerja keras, rajin beribadah (lewat praktik bukan diskusi)

11	Nilai-Nilai Yang Dianut	Sosial	Setelah liat informasi tersebut, Apakah informan melakukan pemantauan kebiasaan anak dalam penggunaan media sosial?	Penjelasan enam informan menjalani perannya sebagai ibu yang sangat berpengaruh terhadap cara interaksi, mendampingi dan memberikan arahan kepada anak remajanya.	Mengutamakan nilai keterbukaan dan kedekatan emosional dalam keluarga. Menjaga komunikasi langsung tanpa perlu medsos	Mengutamakan nilai Trust dibanding sikap otoriter kepada anak agar lebih tenang	Mengutamakan nilai keseimbangan dan ketenangan mental ibu. Berusaha menerima zaman dengan realistis dan tidak hidup dalam ketakutan	Mengutamakan nilai control dan disiplin berbasis waktu dan kepentingan. Sesuai usia dan kebutuhan akses media sosial (membatasi)	Mengutamakan nilai religius dan tanggung jawab pribadi. Pendekatan agama dan cinta diri untuk masa depan	Mengutamakan nilai keteladanan dalam keseharian. Seperti mengandalkan praktik langsung daripada teori
12	Relasi dengan anak remaja	Sosial	Apakah informan pernah berdiskusi dengan anak terkait kesehatan mental remaja?	Penjelasan enam informan hubungan dekat dalam perannya sebagai ibu yang pada realitasnya berbeda sesuai kelompok generasi dan klasifikasi usia terkait informasi kesehatannya mental remaja	Anak perempuan terbuka, pendekatan lewat cerita anak	Anak laki laki lebih penasaran sama dunia luar, diberi kebebasan agar tidak kuper (ruang eksplorasi)	Menginformasikan ke anak remajanya kalau sering main hp kesehatan mental sudah terganggu (emosional amarah)	Memanfaatkan media digital sebagai jembatan relasi (DM, forward konten) diskusi sebelum tidur	Relasi dibangun lewat aktivitas kebersamaan seperti masak	Pendekatan membiasakan terbuka sejak dini, dengan ibunya.
13	Tantangan dan Kendala	Sosial	Bagaimana tantangan dan kendala tertentu yang informan saat melakukan pemantauan dalam mendukung anak remajanya?	Penjelasan enam informan dalam menghadapi berbagai tantangan dan kendala yang ia hadapi dalam sisi komunikasi maupun perkembangan informasi konten kesehatan mental remaja.	Anak laki laki sulit bercerita, sehingga harus aktif menggali informasi agar mau cerita	Anak sudah remaja dan ruang lingkup pergaulan luas, tidak bisa selalu mengawasi tapi kasih kepercayaan tanpa menimbulkan konflik	Kesulitan membatasi akses medsos, dan perlu menggunakan berbagai pendekatan (tegas hingga keras) untuk menjaga kesehatan mental anak remaja	Ibu bekerja sehingga tidak bisa memantau sepenuhnya (Ketika anak sudah mulai menolak untuk membatasi konten dan penggunaan media sosial)	Adanya tantangan secara implisit untuk memastikan dapat mendukung aktivitas anak (gambar & menari)	Tidak merasa ada tantangan besar, justru mengajak anak melalui pendekatan religius dan reflektif

14	Harapan Informan buat remaja	Emosional	Harapan Informan buat remaja terkait informasi soal kesehatan mental di dunia digital saat ini?	Penjelasan enam informan mengenai keinginan ibu generasi X dan Y untuk anak remaja yang sedang tumbuh di tengah perkembangan informasi digital yang pesat dan tantangan yang semakin kompleks.	Remaja bisa menyadari konten yang belum sesuai umur dan belajar menyaring sendiri	Remaja punya "rem atau control diri, dibekali konten positif seperti podcast, agar bisa membedakan pengaruh baik dan buruk	Remaja harus mempunyai rasa solusi dan bukan hanya label pada dirinya. Tidak hanya menerima informasi mentah tapi memahami	Remaja boleh akses media sosial tapi tetap dibawah pengawasan orang tua	Remaja semakin dekat dengan agama sebagai pegangan ditengah permasalahan digital	Remaja semakin dekat dengan agama sebagai pegangan ditengah permasalahan digital
15	Saran untuk ibu yang memiliki anak remaja	Emosional	Saran untuk ibu yang memiliki anak remaja agar informasi di media sosial lebih bermanfaat buat orang tua maupun anaknya?	Penjelasan enam informan dalam sesama ibu yang sedang mendampingi anak khususnya fas-fase remaja 10-18 tahun.	Jadilah teman anak untuk mendampingi secara utuh (ekonomi, mental dan fisik)	Bangun lingkungan rumah tangga yang sehat dahulu	Terapkan aturan dan reward secara jelas	Lakukan pendekatan lewat diskusi dan obrolan santai (edukasi dan membuat aturan bersama)	Ibu sebaiknya banyak membaca informasi di media sosial untuk mendapat masukan yang relevan dalam menghadapi anak	Ajarkan kepada anak cara menenangkan diri saat drop mental (menjauhi konten negative, bangun aktivitas sehat olahraga)
16	Bentuk Konten Ideal	Kognitif dan Sosial	Bentuk Konten paling tertarik atau ideal bentuk yang mana dan mengapa?	Penjelasan informan mengenai wujud penyajian konten lebih mengarah kepada format visual atau audionya.	Video pendek reels untuk menunjukan bukti contoh nyata kepada anak remaja apabila respon nasihat lisan tidak di dengar.	Video dinilai lebih mengenai kea nak remaja, melihat anaknya suka nonton podcast	Tergantung generasi, namun minimal anak remaja perlu konten secara audio-visual seperti podcast, biar ga melihat sepenggal doang	Podcast dan video pendek lebih ideal, durasi singkat lebih mudah di konsumsi remaja	Video berupa audio-visual seperti animasi, daripada podcast hanya mendengarkan	-
17	Jenis Konten Ideal	Kognitif dan Sosial	Jenis Konten informasi	Penjelasan informan mengenai	Konten harus edukatif dan	Konten tidak terlalu formal	Sebaiknya disampaikan	Konten singkat, padat, jelas,	Konten ada unsur visual seperti	-

			yang ideal menurut informan, seperti apa?	bagaimana informasi kesehatan mental remaja di media sosial mudah disampaikan, diterima dan dipahami oleh remaja.	sensitive. Ada unsur positif, harapannya anak remaja tidak merasa cemas	atau monoton. Dikemas secara Informatif tapi menghibur	oleh praktisi kesehatan seperti dokter atau psikolog yang kredibel, logis & terpercaya	seperti tips and trik langsung ke inti pesan, narasi diperlukan tapi tidak bertele-tele	gambar, ilustrasi, anime agar menarik seperti pengalaman hidup	
18	Isi Konten Ideal	Kognitif dan Sosial	Jenis Konten (isi atau topik) kesehatan mental seperti apa yang informan butuhkan?	Penjelasan informan mengenai konten kesehatan mental sebaiknya disusun agar pesan yang disampaikan melalui media sosial dapat diterima dengan jelas oleh remaja.	Menyampaikan akibat positif dan negative secara seimbang. Ada bukti konkret dan valid, sumber terpercaya agar tidak hoaks	Isi berupa obrolan ringan tapi bermakna, seperti dialog yang dekat dan tidak menggurui	Berbagai sudut pandang, ada diskusi dua arah termasuk remaja dan praktisi	Tips singkat dan ringkas dalam video pendek (maks. 1 menit)	Isi berupa contoh yang relateable, penjelasan singkat dan narasi seperti “orang tua marah bukan karena benci, tapi karena sayang”	Melibatkan dan mencari orang yang kompeten di bidang kesehatan mental, agar isi kontennya valid dan berbobot

Lampiran 16 Selective Coding

1. Latar Belakang Informan

a) Informan satu

Informan pertama dalam penelitian ini, bernama Endah Susanti, seorang ibu rumah tangga berusia 47 tahun dengan tahun kelahiran 1978 sebagai generasi X, dengan latar belakang pendidikan akhirnya S1 Ekonomi. Ibu Endah memiliki 2 anak remaja berusia 18 tahun (perempuan) dan 12 tahun (laki-laki), yang saat ini kesibukannya 33 fokus menjadi ibu rumah tangga bagi keluarganya, seperti mendampingi kedua anaknya dalam antar jemput sekolah dan mengurus kebutuhan aktivitas sehari-hari. Area tempat tinggal terletak di perumahan daerah Sawangan, Kota Depok. Dalam kehidupan sehari-harinya, ibu Endah berusaha menjaga waktu yang berkualitas bersama anak-anaknya seperti menonton, menyanyi, ataupun makan keluarga untuk sekedar berkumpul bersama di rumah. Dalam penggunaan media sosial, Ibu Endah cenderung mengaksesnya saat waktu-waktu bersantai saja, apabila tidak ada pekerjaan atau aktivitas di hari itu.

b) Informan dua

Informan kedua dalam penelitian ini, bernama Nurkhikmah, seorang ibu rumah tangga berusia 47 tahun dengan tahun kelahiran 1978 sebagai generasi X, dengan latar belakang pendidikan SMA. Ibu Khikmah memiliki 2 anak remaja berusia 18 tahun (laki-laki) dan 15 tahun (perempuan), yang saat ini kesibukannya sebagai ibu rumah tangga dalam mengurus kebutuhan sehari-hari ketiga anaknya dan suaminya. Area tempat tinggal saat ini, terletak di perumahan dari Bappenas, Kota Depok. Dalam kehidupan sehari-hari, ibu khikmah jarang menggunakan media sosial seperti Instagram, Tiktok, maupun Youtube, kecuali Whatsapp untuk sekedar berkomunikasi dengan keluarga maupun kenalan terdekatnya. Ibu Khikmah senantiasa berorientasi dalam perkembangan tumbuh kembang anak-anak nya yang sudah mulai dewasa, dengan cara memberikan kepercayaan dan bersahabat agar membangun lingkungan yang sehat dan nyaman di rumah.

c) Informan tiga

Informan ketiga dalam penelitian ini, bernama Rahmi Mulyati, seorang ibu rumah tangga berusia 45 tahun dengan tahun kelahiran 1980 sebagai generasi X, dengan latar belakang Pendidikan S1. Ibu Rahmi memiliki 3 anak remaja yang berusia 18 tahun (perempuan), 15 tahun (laki-laki), dan 12 tahun (laki-laki), yang saat ini kesibukannya sebagai ibu rumah tangga dalam mengurus kebutuhan aktivitas anak-anaknya, seperti sekolah maupun mengaji. Dalam aktivitas sehari-harinya, ibu Rahmi belajar berdamai dengan adanya teknologi saat ini, termasuk dalam penggunaan media sosial yang memang ada dampak baik dan buruknya. Ibu Rahmi melihat dan yakin bahwa seiring perkembangan zaman, terdapat sisi baik dari perkembangan teknologi, seperti anak laki-laki yang kedua berusia 15 tahun sudah bisa menghasilkan revenue dari bermain game apabila tujuannya positif dan bijak. Selain itu juga, ibu Rahmi memiliki kesadaran parenting yang tegas terhadap anaknya, seperti pernah mencari informasi terkait ADHD. Lalu berusaha menjadi teladan bagi anak-anaknya, yang diawali dari tindakan ibunya terlebih dahulu sebelum mengatur kebiasaan anak dalam beraktivitas sehari-hari, terutama pada penggunaan gadget.

d) Informan empat

Informan keempat dalam penelitian ini, bernama Lia Yulianti, yang merupakan seorang guru TK di salah satu daerah Bintaro. Saat ini Ibu Lia berusia 35 tahun dengan tahun kelahiran 1990 sebagai generasi Y, dengan latar belakang Pendidikan S2 Magister Pendidikan. Ibu Lia memiliki 1 anak remaja yang berusia 10 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Dalam aktivitas sehari-harinya, ibu Lia cenderung menghabiskan waktu dari senen hingga jumat sebagai guru TK, namun untuk hari sabtu dan minggu meluangkan waktu di rumah maupun berekreasi bersama keluarga. Dalam penggunaan media sosial, Ibu Lia memiliki tingkat kesadaran dalam mencari maupun mengetahui berita terbaru setiap hari melalui media sosial seperti Tiktok dan Instagram. Selain itu, ibu Lia juga menyadari bahwa penggunaan media sosial memang sudah menjadi rutinitas kebiasaan sehari-hari karena hanya dengan melalui media sosial, bisa mendapatkan informasi secara cepat seperti tips-tips atau rekomendasi tempat agar mampu menjaga kesehatan mental secara aman bagi seorang ibu maupun anaknya.

e) Informan lima

Informan kelima dalam penelitian ini, bernama Ati Rohati, yang saat ini bekerja sebagai seorang Arsitek, berusia 44 tahun dengan tahun kelahiran 1981 sebagai generasi Y, dengan latar belakang Pendidikan S1. Ibu Ati memiliki 2 anak remaja yang berusia 17 tahun (perempuan) dan 14 tahun (perempuan). Dalam aktivitas sehari-harinya, Ibu Ati berusaha membagi perannya juga sebagai ibu rumah tangga dalam mengurus kebutuhan sehari-hari anak dan suaminya. Dalam penggunaan media sosial, ibu Ati cenderung mencari informasi yang memiliki tujuan dalam kedamaian batin atau sesuai dengan suasana hatinya pada saat itu. Seperti kajian motivasi, resep masak, kisah pengalaman seseorang, maupun solusi dari masalah yang sering terjadi dalam kehidupan pribadinya termasuk persoalan anak. Dalam 35 berbagai peran yang dimilikinya pun, Ibu Ati senantiasa mendukung aktivitas minat dan bakat anak remajanya dalam tumbuh perkembangan semasa sekolah. Selain itu, dalam mengakses media sosial, ibu Ati hanya melakukannya saat waktu-waktu santai saja dan tidak membuka handphone di waktu sibuk bekerja.

f) Informan enam

Informan keenam dalam penelitian ini, bernama Anna Imam, seorang ibu rumah tangga yang juga melakukan kegiatan usaha di bidangnya. Ibu Anna berusia 42 tahun dengan tahun kelahiran 1982, sebagai generasi Y, dengan latar belakang pendidikan D2 PGTK. Ibu Anna memiliki 2 anak remaja laki-laki yang berusia 16 tahun dan 14 tahun. Dalam aktivitas sehari-harinya, ibu Anna berusaha menanamkan pola pikir positif dan sehat sebelum memulai hari dari bangun tidur, seperti minum air putih, olahraga pagi agar bisa membangun suasana hati yang bahagia untuk keluarganya. Selain itu juga, Ibu Anna senantiasa mendukung kebutuhan fisik maupun mental kedua anak remajanya, dengan cara memberikan kebutuhan dalam aktivitas sekolah dan mendengarkan keinginan minat sebagai temannya. Dalam penggunaan media sosial, ibu Anna cenderung jarang aktif mencari informasi di platform Facebook dan Instagram, namun Whatsapp menjadi prioritas utama karena untuk menjalin komunikasi dengan keluarga, kerabat terdekat maupun aktivitas usaha miliknya.

2. Kebiasaan Pengguna Media Sosial

- Keenam informan menjelaskan apa saja platform media sosial yang dimiliki, dalam artian keenam informan memiliki akun pribadi disertai platform media sosial yang terunduh di ponselnya.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa ia hanya memiliki dua media sosial yang aktif hingga saat ini, yaitu Facebook dan Instagram. “Saya pakai Facebook dan Instagram” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang Pendidikan SMA, menyampaikan bahwa ia memiliki tiga platform media sosial yang aktif hingga saat ini yakni, Instagram, Tiktok dan Youtube. “Ada, tapi juga enggak terlalu aktif banget ya” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang Pendidikan S1, menyampaikan bahwa ia memiliki tiga platform media sosial yang aktif hingga saat ini, yakni Instagram, Facebook dan Tiktok. “Ohh ini ibunya? Facebook, Instagram, Tiktok” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa ia memiliki 2 platform media sosial aktif hingga saat ini, yaitu Instagram dan Tiktok, lalu Facebook sudah tidak terlalu aktif tetapi masih memiliki akun pribadi. “Aku ya? eummm ada Instagram, TikTok. Soalnya sekarang update itu banyak di TikTok. Facebook ada cuma ga terlalu aktif” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025).

informan 5, sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang Pendidikan S1, menyampaikan bahwa ia memiliki 3 platform media yang dimiliki saat ini, yaitu Instagram dan Tiktok. “Ada Instagram, terus ada Tiktok juga terus ya udah paling

yaudah, kalau Google engga kan ya? tapi sekarang lebih ke TikTok” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa ia memiliki 3 platform media sosial yang dimiliki hingga saat ini, Instagram dan Facebook. “Aku, kalau aku media sosial aku nggak terlalu aktif ya ini ya media sosial dengan IG dan Facebook. Aku cuma pake WA aja sih yang aktif” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan menjelaskan tahun penggunaan media sosial yang dimilikinya, dalam artian seberapa lama penggunaan media sosial dari kalangan ibu generasi X dan Y yang memiliki kesadaran dalam perkembangan media sosial saat ini.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa 40 sejak 2008 atau 2009 penggunaan platform media sosial Facebook, sedangkan Instagram baru-baru ini. “Sejak 2008, barangkali 2008 atau 2009, saya bikin Facebook. Instagram paling baru-baru” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan SMA, menyampaikan bahwa sejak 2016 penggunaan platform media sosial Youtube, sedangkan Instagram dan Tiktok baru-baru ini. “Sejak 2016 ya. Instagram enggak, kita baru-baru aja, Tiktok juga nggak, nggak terlalu... Ya ada, ada kita punya akunnya, tapi kita nggak terlalu aktif” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa sejak 2008 penggunaan platform media sosial Facebook, sedangkan 2020 untuk Instagram dan Tiktok. “Kalau Facebook lama... sejak tinggal di sini udah ada kayaknya 2008... kalau Instagram, Instagram enggak inget cuma kayaknya enggak dari 2008, kayaknya baru-baru sinilah 2020 an, Tiktok baru-baru ini malah karena anak-anaknya kan main Tiktok, jadi ngeliat Tiktok apa sih biar tau” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa sejak tahun 2009 penggunaan platform media sosial Facebook, 2010 untuk Instagram, dan 2017 untuk Tiktok. “Facebook 2009, Instagram dari tahun berapa ya? 2010 kayaknya. Kalo Tiktok 2017 an lah” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa sejak 2017 penggunaan media sosial Instagram, dan Tiktok saat lagi viral-viralnya. “Instagramnya... udah lama juga tuh sekitar 8 tahunan lah. Tiktok? tahun inilah dan baru-baru tahunnya kan lagi viral-viralnya kan Tiktok kan jadi ikut-ikutan” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa sejak 5 tahun yang lalu atau 2020 dalam penggunaan media sosial Instagram dan Facebook. “Sejak kapan? Mungkin 5 tahun yang lalu lah ya” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan menjelaskan alasan penggunaan media sosial yang diterapkan sehingga ada keinginan untuk mengaksesnya. Dalam artian sejauh mana perkembangan jejaring sosial ibu kalangan generasi X dan Y yang memiliki remaja 10-18 tahun dalam menggunakan media sosial tersebut.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa awalnya hanya mengikuti tren saja. “Awalnya ikut tren aja. Orang-orang pakai Facebook, saya bikin Facebook. Orang-orang pakai Instagram, saya pakai Instagram” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan SMA, menyampaikan bahwa awalnya untuk komunikasi dan mencari informasi. “Karena ini ya, mudah berkomunikasi. terus ya untuk ini aja menjalin komunikasi itu lebih mudah gitu aja... nyari inian masak, resep masakan gitu. Gitu aja sih kalo Youtube ya seringnya gitu aja.” (informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa awalnya untuk berdamai dengan teknologi. “Saya mencoba berdamai dengan teknologi... karena seiringnya zaman kan kita harus mengetahui minimal kita bisa mengambil baiknya gitu walaupun ada jeleknya juga gitu sebenarnya” (informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa berusaha mengikuti berita update terbaru. “Karena ini sih, update berita ya. Sekarang kan, apa ya, semua kan update-nya di... apa sih, media sosial ya kita cari yang terupdate paling cepet aja sih kalo menurut aku sih” (informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa tiap platform media sosial berbeda-beda alasannya sesuai kebutuhan. “Lagi viral-viralnya kan TikTok kan jadi ikut-ikutan. Kalau IG biasa lihat bisa lihat resep, terus ya lihat kayak kajian-kajian, terus lihat juga yaa mungkin teman-teman juga, Terus ya lihat masalah-masalah yang di rumah gitu nanti kita cari.” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa untuk kebutuhan usaha. “Waktu itu bikin karena memang buat usaha ya dulu tuh, tapi nggak berjalan terus Facebook pun sama buat usaha” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

Keenam informan menjelaskan frekuensi penggunaan media sosial yang dilakukan, dalam artian untuk mengukur seberapa sering atau jauh kalangan ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial saat ini dalam rentang waktu satu 45 minggu.

- Keenam informan menjelaskan frekuensi penggunaan media sosial yang dilakukan, dalam artian untuk mengukur seberapa sering atau jauh kalangan ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial saat ini dalam rentang waktu satu 45 minggu.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa hampir tiap hari. “Seminggu hampir tiap hari... Kalau nggak main HP, lama. Kalau saya nggak kerja, saya main HP. Saya buka Reels, buka segala macam” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan SMA, menyampaikan hanya Tiktok hanya seminggu sekali, Instagram hanya sebulan sekali, dan Youtube sesekali apabila di butuhkan saja, “Kalo tiktok tuh paling seminggu sekali gitu kan, instagram juga hampir paling sebulan sekali itu juga belum tentu. Youtube pake sesekali” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa setiap hari mengakses media sosial. “Jangan bilang seminggu, tiap hari kali ya? Hahaha... Pokoknya pagi, siang, sore... eh sore jarang. Pagi, siang, malam pasti deh” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan pendapat yang sama yaitu hampir tiap hari. “Hampir tiap hari yaa, karena kan tiap hari itu kita harus update ya ada berita apa berita apa jadi tiap hari” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan hampir tiap hari. “Dalam seminggu? Seminggu. Kayaknya hampir tiap hari kita ngeliat” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, sebagai sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2 “Dalam seminggu itu setiap hari” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan menjelaskan durasi penggunaan media sosial dalam aktivitas seharinya, dalam artian untuk mengukur seberapa lama kalangan ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial dalam rentang waktu sehari.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa tidak seharian dan hanya pada waktu

santai saja. “Tapi nggak seharian, karena banyak aktivitas. Nggak cuma main HP gitu aja. Di sela-sela aja. kalau lagi santai” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan SMA, menyampaikan bahwa jarang dalam sehari. “Oh, ada. Kalau IG, Tiktok kita jarang-jarang buka. Biasa sekali doang” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan di sela-sela waktu aktivitas saja. “Kalau kita kan nyambi-nyambi. Sambil masak gitu ngelihat bentar taruh kayak gitu. Nggak pernah fokus gitu. Paling siang. Biasanya pas jam istirahat bisa sih. Sejam bisa gitu” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa ada jadwal tertentu seperti saat istirahat 1 jam di siang hari, atau saat dirumah 3-4 jam. “Nggak lama sih ya paling setelah dari jam 12, jam 1 lah ya, jam 1 ada jeda lagi, paling malem, ya mungkin ada 3 jam, 4 jam. Sambil nyambi, kalau malam baru mungkin bisa fokus ya kayak sambil istirahat gitu ya, kalau siang kan sambil makan terus palingnya malam sih, sore ke malam” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa sehari sekitar 1-3 jam dalam durasi penggunaan media sosial. “Palingan satu jam sih. Kalau sehari sejam, nanti kita ngelakuin kegiatan lain nanti mungkin kita lihat lagi. Ya bisa lah sekitar tiga jam-an lah seharian. Itu kalau lagi santai aja. Kalau misalkan lagi sibuk kerja ya gak dibuka sama sekali paling cuman ngintip aja sebentar” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa sehari kurang lebih 10 jam. “Kan sehari 24 jam yaa, tidur itu 12 jam ya mungkin kurang lebih 10 jam lah karena saya cepat tidur” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan memberikan penjelasan mengenai konten yang pada umumnya mereka konsumsi sehari-hari melalui media sosial. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui secara garis besar konten umum yang biasa diakses sesuai kebutuhan dan kepuasan pribadi.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa kesehatan, film, nyanyi dan lagu sebagai topik konten umum “Kesehatan, film, nyanyi, lagu... Suka aja, senang.. pengen hidup sehat, cari ilmu” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan SMA, menyampaikan bahwa ceramah pagi, kuliah subuh atau kajian, masak dan belanja online sebagai topik konten umum. “Kalau ibu-ibu ya pada umumnya aja ya, kadang kita... ceramah pagi, kuliah subuh, kajian aja. Terus udah masak, kayak belanja online. Jadi ke online aja” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa edukasi parenting, investasi, belanja online sebagai topik konten umum. “Kontennya emak-emak ya, kalau aku termasuk yang suka lihat itu konten biasanya edukasi, edukasi tentang parenting anak, investasi juga terus orang jualan pasti ya semua emaknya tergoda itu aja sih” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa tips-tips, berita politik dan masak sebagai topik konten umum. “Konten-kontennya itu sih kayak sekarang sih cara menangani anak kayak gitu karena kan menangani anak tips-tips kayak gitu, terus ya berita-berita politik juga terus gabungan sih ya banyak, sama terakhir ya masak masak deh” (informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa resep makanan, kajian dan masalah keluarga tentang anak sebagai topik konten umum. “Intinya sebenarnya sih pertama kayak misalkan ya itu liat resep terus kedua juga kadang melihat kayak yang kajian kajian kajian kayak misalkan ya

tentang masalah keluarga tentang anak kayak gitu” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa hiburan dan berita sebagai topik konten umum. “Hiburan aja sih yang aku lihat, aku gak mau bikin pusing paling kalau memang berita ya media sosial paling yang sering aku lihat berita itu metro terus ya apa ya udah, paling TVR Parleman” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

3. Pengetahuan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja

- Keenam informan memberikan penjelasan mengenai definisi kesehatan mental berdasarkan pemahaman yang mereka yakini. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui ungkapan makna kesehatan mental dari pernyataan masing-masing informan.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (perempuan dan laki-laki), menyampaikan bahwa kalau kesehatan mental berarti berpikir sehat. “Kalau kesehatan mental, definisi menurut saya berarti dia berpikirnya sehat. Kalau mentalnya sehat, cara berpikirnya sehat. Nggak berpikir negatif. Ada istilah di dalam jiwa yang sehat, terdapat tubuh yang sehat. Jadi kalau pikiran kita tenang, insya Allah badan kita pun sehat” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2024)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa kesehatan mental penting berkat dukungan keluarga. “Kalau kesehatan mental itu mungkin kalau terutama didukung dari keluarga ya. Terutama anak-anak ya. Itu pendukungnya adalah keluarga. Anak mau bagaimana gitu kan. Sebenarnya kita sebagai orang tua tuh lebih bagus. Mengasih kepercayaan kepada anak. Terus anak-anak tuh di... dibebaskan untuk memilih gitu kan.... kita jangan mengekang gitu jadi mungkin lebih sehat itu” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 3 anak remaja (1 perempuan dan 2 laki-laki), menyampaikan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh penggunaan gadget. “Kesehatan mental terhadap penggunaan gadget ini berarti maksudnya. Kalau bagi ibu-ibu itu memang mengganggu sih sebenarnya, kalau terlalu terlalu apa kalau konsentral diseriusi dengan itu... karena kalau saya sendiri kalau terlalu lama tuh pusing malah, jadi sekedarnya aja jangan dibuat serius gitu kan, kalau buat anak-anak memang perlu dibatasi kalau nggak dibatasi itu kalau kepada anakku sendiri ya kalau sudah terlalu lama nanti itu dia kayak marah-marah, ada itu ada benang merahnya misalnya kita panggil jadi marah-marah...” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y yang memiliki 1 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa, kesehatan mental itu penting untuk menghindari stress atau burnout. “Kesehatan mental itu penting ya karena Aku juga kerja, jadi kayaknya apa ya? Pentinglah seminggu dua kali buat kita refresh juga Karena kan kerja, pastikan orang kerja ada jenuhnya, ada stresnya, ya kan? Jadi penting buat diri sendiri, kesehatan mental ya caranya kayak tadi, bukan selain healing, tapi self-reward caranya ya me-time, me-time itu kan orang beda-beda ya dengan cara dia tadi scroll media sosial itu termasuk me-time juga termasuk lah, apalagi kalau udah karena kan udah punya anak nih jadi biar gak diganggu ya cara satu me-time juga sih menurut aku” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa kesehatan mental berawal dari tekanan emosi, masalah seperti stress akibat kerjaan atau kondisi rumah. “Mungkin dari tekanan ya, dari masalah banyak masalah jadi membawa kita juga jadi ke emosi kayak stress mungkin gitu ya mungkin ya mungkin masalah masalah mungkin dari tempat kerja atau dari di rumah juga kayak kita nih dari anak juga gitu kan tapi jadi terkadang dibawa gitu bawa ke kehidupan kita sehari-hari cepat emosi gitu” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai ibu kalangan generasi Y yang memiliki 2 anak remaja laki-laki, menyatakan bahwa kesehatan mental dimulai dari diri sendiri yaitu berpikir sehat dan bahagia. “Kesehatan mental itu berarti kan... kita tuh kan awalnya dari sehat itu, berarti kan untuk diri sendiri ya berarti sehat itu berarti tidak sakit jadi gimana caranya ibu yang di rumah ini kita sehat dengan sehat itu semua seisi rumah itu sehat semuanya... berarti kan sehat dengan sehat itu berarti happy bahagia sih” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan memberikan penjelasan mengenai bentuk penerimaan informasi kesehatan mental. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui tanggapan ibu generasi X dan Y dalam menerima paparan awal mengenai informasi kesehatan mental.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (perempuan dan laki-laki), menyampaikan bahwa kalau tidak suka mencari orang sakit mental. “Nggak, saya nggak suka. Tapi kalau lewat ya, sering balik lihat aja. Tapi kalau untuk mencari cari, nggak. Saya nggak mencari yang orang misalnya sakit mental depresi gitu, saya nggak. Paling lewat aja” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa sesekali baca sepintas namun tidak terlalu mendalami karena fokus dengan cara berpikir positif. “Sesekali ya. Kadang kita sepintas itu baca gitu kan, kesehatan mental gitu kan. Entah ibu-ibu ya, kesehatan mental anak-anak gitu kan, yang kita cari itu sih sebenarnya. karena kalau keluarga keluarganya tuh sehat pasti insya Allah semuanya sehat gitu ya cara berpikirnya pasti positif itu itu aja sih” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 3 anak remaja (1 perempuan dan 2 laki-laki), menyampaikan bahwa termasuk intens mencari informasi kesehatan mental. “Iya, aku termasuk intens mencari seperti itu, Karena banyak kan sekarang kita harus tahu Karena kesehatan mental itu kan sama aja kayak penyakit, Apalagi sekarang lagi brain rot, atau orang brain rot Jangan dicuekin, sebenarnya iya emang ada itu brain rot” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y yang memiliki 1 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa informasi seperti edukasi, lifestyle agar bisa cepat tidur yang dibutuhkan. “Ini sih buat kayak kita lebih fresh terus apa sih ya kita gampang tidur. video edukasi. Oh, sama lifestyle. Sekarang kan kita susah tidur juga ya. Jadi gimana nih? Cuma cepet tidur, Gitu sih” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa intens mencari informasi mengandung unsur inspirasi agama untuk menenangkan diri. “Kesehatan mental? Iya pernah juga di Ig, sampai follow juga, Itu sih maksudnya kayak lebih ke ini aja, ke agama aja, kayak inspirasi jadi lebih larinya ke agama untuk menenangkan diri” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja laki-laki, menyatakan bahwa sejauh ini tidak pernah mencari apapun tentang kesehatan mental. “Sejauh ini sih gak pernah sih... yaa tentang apapun kesehatan mental belum yaa ya gak pernah sih” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan memberikan penjelasan mengenai memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui bagaimana informan mengatur preferensi informasi yang diterima sebelumnya ke dalam kondisi sebenarnya.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (perempuan dan laki-laki), 59 menyampaikan bahwa memang dari awal tidak merasa terganggu dengan kesehatan mental sehingga fokus mengelolanya aja dalam kehidupan sehari-hari “Karena nggak berasa terganggu...Gini, kalau kita... Cara meredakan... Biar kita happy terus, nggak mudah stres, nggak mudah itu aja. Paling tips-tips gitu. Kalau ada konten yang bagus, yang misalnya... Kamu jangan gampang stress. Kalau ngelolanya boleh, nggak apa-apa gitu loh. Pokoknya dalam kehidupan sehari-hari... Yang mana yang bisa kita pakai. Yang cocok untuk diri saya sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Untuk bersikap, berpikir” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa karena banyaknya istilah, salah satunya seperti post power syndrome, membuat informan menyadari adanya perubahan zaman. “Eumm sekarang karena banyak istilah ya, kan kadang ada sekarang contohnya gini ada ada orang pensiun ada yang dinamakan post power syndrome, Istilahnya banyak, jadi kita Kalau zaman dulu sama zaman sekarang itu beda. Karena contohnya gini, kalau ada anak dari keluarga broken home, itu pasti ada beda mentalnya. Iya. Iya nggak? Bisa dibaca lah, gitu. Itu yang kadang-kadang mereka jadi kayak pelarian. Itu yang dikatakan dengan sindrom. Nggak tahu deh, sindrom banyak banget, sindrom sekarang itu. Itu aja sih yang

jadi pembeda. Sekarang kita utamakan keluarga sehat dulu, utuh lah. Kalau punya keluarga utuh, insya Allah semuanya akan sehat, penghuninya.” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 3 anak remaja (1 perempuan dan 2 laki-laki), menyampaikan bahwa informasi dalam menganalisa diri. “Jadi kalau misalkan kita kan belum merasa menjadi ibu yang baik, ya kan? Terus ada seliwuran. oh kayaknya aku jadi ibu yang kayak gitu ya itu pasti itu. makanya kembali lagi mengambil menganalisa diri sendiri itu emang nggak bisa ya. Nah tapi lebih bisa dilihat kalau aku lihat tuh hubungan sosialnya nanti” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y yang memiliki 1 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa berfokus pada tempat liburan untuk menenangkan pikiran atau healing. “Lebih kayak Itu sih tadi Tempat liburan, Ohh tips-tips yang buat ya kesehatan kayak gitu sih tempat healing ya... Referensi buat nanti healing untuk melepaskan stress, kayak cafe-cafe gitu, gausa jauh-jauh yang dekat misal” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa memfollow dan like konten yang ada unsur cerita pengalaman kehidupan seseorang. “Kadang keduanya. Kalo paling ngefollow sama nge-like. Kalo misalkan, apa ya, maksudnya yang cerita-ceritanya itu yang pemberitahuan informasinya itu yang udah ke inilah, udah ke kita, gitu. Maksudnya yang dekat sama kita, gitu. Maksudnya ke sehari-hari pemberituannya atau apa, biasanya kita itu Kita follow. Kayak lebih ke kehidupan orang pengalaman pengalaman seseorang kadang kan ada juga yang sama dengan yang kita alami ya kadang kan gitu jadi ya kayak begitu-begitu deh.” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja laki-laki, menyatakan bahwa informan hanya membuka konten yang menghibur saja “Kalau aku sih paling buka konten itu konten sesuatu yang memang apa namanya menghibur aja sih gitu, tapi untuk buat anak remaja kesehatan mental apaa, sejauh ini gak pernah yaa...” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan memberikan penjelasan mengenai memilah informasi berdasarkan relevansi. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui apakah ibu generasi X dan Y dalam menerima informasi kesehatan mental hanya sebagai syarat informasi yang dianggap relevan sesuai keyakinan pribadi atau permasalahan yang dihadapi.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (perempuan dan laki-laki), menyampaikan bahwa memang tidak begitu merhatiin dan menyadari bahwa konten yang sering dibuka maka konten tersebut yang akan lewat di berandanya. “Nggak begitu merhatiin sih, jarang. Biasanya gini, kalau mana yang kita sering buka, itulah yang akan lewat. Jadi kalau yang saya jarang buka, dia akan jarang juga lewat. Kayak gitu aja sih. Cuma kalau memang dia lagi lewat, ya paling nggak sampai yang didalamin banget” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa informasi kesehatan mental hanya sebagai perbandingan dengan pengalaman pribadi, karena seorang ibu memiliki caranya tersendiri dalam mendampingi anak. “Informasi kesehatan mental kadang ya kita buat masukkan aja sih, bingung sih enggak gitu kan kita kan kalau seorang ibu itu kan punya cara sendiri pastinya ya menitik anak-anak beda-beda... kita kan setiap ibu pasti beda-beda menitik anak jadi kita tahu lah porsi-porsinya udah tahu, jadi kita enggak ragu informasi itu sebatas informasi kita cukup tahu, mungkin membandingkan dengan keseharian aja jadi kita nggak perlu dibingungin juga nggak usah diambil pusing juga, kita kemakan sama informasi bingung juga sendiri kebanyakan pilihan terus juga informasi seperti apa nih?” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 3 anak remaja (1 perempuan dan 2 laki-laki), menyampaikan bahwa jika tidak cross check informasi akan bingung namun ada fase dimana malas untuk mencari tahu lebih lanjut. “Oh iya, kalau kita nggak mencari tahu bingung. Tapi kadang males. Jadi diambil baiknya aja. Yang kira-kira yang... sinkroni sama dengan kehidupan kita diambil baiknya, yang tidak ya sudahlah gitu. Kayak tadi yang memilah konten intinya, memilah pikiran kita juga daripada pusing dipikirin kan kita yang menggunakan juga yang mengontrol.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y yang memiliki 1 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa sering lewat di beranda namun tidak pernah sampai tahap mem-follow. “Sering sih Tapi aku jarang

orangnya yang gak pernah follow. Karena kan dia kalau algoritmanya kalau kita sering buka dia akan muncul lagi, jadi aku gak mau yang follow terlalu banyak gitu kan karena kalau follow terlalu banyak tuh kayak apa ya feedsnya juga kan, kayak instagram juga di follownya udah kebanyakan nih kayaknya ada yang gak penting deh yang kayak gitu” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 sebagai ibu generasi Y, yakni cenderung memilih informasi yang sesuai dengan pengalaman seseorang. 63 “Kalau misalkan dari pemerintah kayaknya enggak juga di mungkin kayak lebih ke kehidupan orang pengalaman pengalaman seseorang kadang kan ada juga yang sama dengan yang kita alami ya kadang kan gitu jadi ya kayak begitu begitu deh. Ragu ya, pernah ada. Terkadang, masanya seperti ini sih, masanya begitu sih, masanya seperti ini.” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6

sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja laki-laki, menyatakan bahwa memang belum butuh informasi kesehatan mental maka tidak ada niatan dan aktif untuk mengakses. “Kalaubuat aku sendiri, ya balik lagi tadi, karena belum butuh ya. Karena sejauh ini alhamdulillah aman-aman saja. Kalau buat ini, maksudnya ini pertanyaan buat aku atau buat orang di luar sana? Karena kan aku tidak merasakan hal itu” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Kelima informan memberikan penjelasan mengenai kredibilitas informasi kesehatan mental. Dalam artian, peneliti ingin mengetahui seberapa percaya dan akurat informasi yang diterima informan dari isi konten kesehatan mental yang tersebar di media sosial.

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa jangan terlalu kemakan informasi dari konten kreatif yang hanya sekedar ngomong tanpa di cross check lebih dalam. “Iyalah kita jangan terlalu kemakan informasi yang kadang-kadang sekarang kebanyakan ini malah kita kemakan sendiri pusing gitu kan, kan banyak banget sekarang konten kreatif juga kayak sekedar ngomong aja tapi diserapnya juga kurang padahal tuh belum tentu gitu kan” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 3 anak remaja (1 perempuan dan 2 laki-laki), menyampaikan bahwa masalah yang saat ini memang dihadapi informasi mengacu pada pengalaman yang dialami. “Ku senang edukasi memang, misalnya kayak tadi tuh brain root tuh apa gitu seperti apa misalnya seperti itu, terus ibu-ibu mungkin yang mengalami ibu-ibu rumah tangga yang silent depresi itu seperti apa, yang tanpa disadari berarti ada cerita juga ya pengalaman gitu, karena kan kayak aku nih, ibu rumah tangga kan orang melihatnya tidak bekerja, tidak berpenghasilan tapi kan itu rentan banget dengan kesehatan mentalnya, dan banyak ibu rumah tangga itu yang tidak menyadari kalau bahwa dia bermasalah dengan kesehatan mental itu tadi” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y yang memiliki 1 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa percaya gak percaya dan memang harus dari diri sendiri untuk cross check atau memiliki pikiran kritis untuk memilih konten informasi yang diterima. “Ya kita buktin sih ya percaya gak percaya. Ohh pernah pernah jadi kita lewat website eh bener gak sih gitu kan terus gini gini gitu pernah juga sih kayak gitu. Sekarang kebanyakan yang asli original itu cuma ada beberapa ya, jadi pinter pinter kita sih milih kontennya sama influencernya dulu siapa nih yang benerbener emang bisa dipercaya. Soalnya kita kan lihat juga nih, karena kan sekarang kan content creator tuh banyak samanya ya kayak nyontek-nyontek, jadi kayak itu memang ya sama sih ya.” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa ada yang percaya dan tidak karena pada dasarnya masalah mengenai kesehatan mental itu sudah banyak, sehingga menerima sesuai keyakinan dan keterhubungan dengan masalah pribadi. “Ya, ada yang percaya, ada yang gak. Masalahnya kan banyak ya, kadang kita nerima yang ini, terkadang ada lagi gitu kan, masukannya gitu seperti ini. Jadi ya bingung juga sih, ya percaya sih ada yang betulnya juga, tapi yang... ya tergantung tergantung kitanya aja sih, kalau misalnya kita yakin ama yang ini, dengan apa, dengan ini, dengan informasi informasi ini... ya percaya, tapi kan sesuai keyakinan kita aja. Jadi kan enggak semuanya kita terima gitu kan, terkadang kan yang ini jawabannya seperti ini yang ini seperti ini yang ini seperti ini jadi gitu... Jadi ya udah sesuai keyakinan kita aja yang kita bisa terima. Oh ya, berarti ini seperti ini” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja laki-laki, menyatakan bahwa akan percaya jika yang menyampaikan informasi yaitu seorang ahli dibidang kesehatan mental seperti dokter psikiater. “Percaya kalau yang memang menyampaikannya memangnya itu kompetensi di bidangnya ya. Seperti misalnya dokter psikiater ya, dokter jiwa itu ya kita sejauh ini sih percaya ya dengan informasi. apa namanya, apa yang dibicarakan, tapi sejauh ini aku gak pernah buka sih tentang kesehatan mental gak pernah kepo kepo juga gitu ya” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan memberikan penjelasan kepada pentingnya aspek kemunculan awal bahwa ibu generasi X dan Y dalam informasi kesehatan mental remaja.

Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa kurang memahami dan minimnya exposure terkait topik tersebut. “Kesehatan mental remaja? Apa ya, yang jarang? Apa ya, kesehatan? Untuk remaja itu paling kan, kalau remaja-remaja zaman sekarang itu kan masalahnya apa sih?” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa tidak terlalu mengikuti konten kesehatan mental remaja. “Konten kesehatan mental remaja ini sih kita gak terlalu ini ya, gak terlalu ngikutin yang itu. Kurang, kurang” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 sebagai ibu generasi X, tidak memiliki niat awal dalam mencari dan mengakses informasi kesehatan remaja. “Enggak tahu, enggak ada. Maksudnya enggak pernah mencari sih. Belum pernah sih, mengakses belum pernah, mengakses karena mungkin lebih mungkin karena emak-emak ya mikirnya parenting-parenting aja gitu ya.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu generasi Y yang sependapat dengan informan sebelumnya bahwa belum mengetahui secara spesifik dan hanya melihat secara singkat. “Iya, belum tahu sih Cuma memang ada, mungkin namanya aja kali ya beda, Apa ya? Nggak tahu juga sih lupa, karena kan... Cuma lewat aja sekilas, cuma nggak diseriusin, ada beberapa kali aku nyimpen tp keknya udah tenggelam yaa...” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai ibu generasi Y yang menyadari kehadiran konten kesehatan mental remaja namun tidak mengarah kepada pemahaman spesifik. “Eum apaa yaa? Yang kalau misalkan ini sih kontennya gimana ya? Belom sih Kebanyakan kayak misalkan lebih ya itu yang paling yang kalau yang konten konten kayak gitu sih belum. Tapi cuman kayak cerita-cerita seseorang tapi itu kan karena udah usia juga ya maksudnya orangnya. Tapi kalau misalkan untuk konten yang anak remaja sih, ada juga sih. Tapi siapa ya lupa tuh” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, sebagai ibu generasi Y menekankan tidak pernah mencari konten kesehatan mental. “Sejauh ini aku gak pernah lihat dan kalau dibilang gak pernah buka konten kesehatan mental, nah cuman yang dipastikan kalau saya kalau buka sesuatu memang saat yang butuh ya... saat yang butuh dan kalau dibilang langsung kita ke ahlinya gitu. Jadi saya pikir untuk apa saya ngebuka sesuatu yang kalau bilang... satu tidak penting, yang kedua misalnya ikut ke seminar, kegiatan apa yang memang untuk kesehatan mental yang kita masih meragukan... maaf ya dengan kesehatan mental permasalahan kita kan beda-beda gitu, pun apa namanya menjelaskannya dan kalau dibilang saya takutnya khawatirnya tidak tepat jadi makanya lebih baik saya ke ahlinya atau memang ke dokter psikiater itu lebih jelas gitu.” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Keenam informan menjelaskan Atensi informasi kesehatan mental remaja merujuk bagaimana ibu generasi X dan Y mengenali serta memberikan fokus makna terhadap konten-konten kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial.

Informan 1 sebagai ibu generasi X, menyampaikan pendapat bahwa kehadiran media sosial berpotensi berpengaruh kepada kesehatan mental remaja sekarang. “Sekarang tuh memang gini, karena adanya media sosial banyak banget berpengaruh ke remaja-remaja sekarang. Jadi misalnya ada satu hal yang viral, semua anak remaja mau mencoba, mau ngelihat, mau seperti itu ya. Jadi mungkin konten yang butuh itu lebih banyakin aja warningnya. Hey kalian jangan FOMO misalnya. Misalnya contohnya lagi zamannya game. Coba ada aturan gamenya itu seperti apa, batas waktu, walaupun sekarang sih sudah ada ya. Sudah ada, tapi mungkin lebih lagi lah gitu. Atau mungkin

kalau perlu jangan cuma di medsos, dari sekolah lebih gencar” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, sebagai ibu generasi X yang menyadari atensi sejak transisi perkembangan remaja ke masa dewasa. “Ya kita sebenarnya... Kalau anak-anak ini ya, kayak udah mulai remaja gitu kan. ternyata ini juga ya gitu kan. Transisinya kan ibaratnya remaja tuh gak pada udah lumayan gitu ya. Nah itu kan ada perubahan fase-fase kan itu. Stabilnya itu. Iya masa-masa remaja itu kan ada yang lagi masa ke-7. Mulai mengenal lawan jenis gitu kan. Nah itu yang kita harus... butuh informasi kita ini belajar dari itu ya ngambil-ngambil yang positif-positif poin-poin yang positif kita perlukan kita terapkan itu perlu buat lagi kan ibaratnya mendidik perempuan laki laki juga beda-beda” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyebutkan bahwa pernah mencari informasi kesehatan mental remaja ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). “Karena kan anak yang terakhir ini kan, kalau nyari ADHD, cenderung tuh autis itu apa, ADHD itu apa. lebih kepada mengklik ya mencari ya praktisi dokter doang gitu” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu generasi Y yang menyoroti daya tarik konten visual di media sosial. “Oh karena sekarang kan konten ya, udah ngebantu banget yang males baca. Sekarang kan udah kalau dulu kan banyak buku kita tapi kalau sekarang dengan konten-konten kayak gitu, mereka yang ngelihat dari buku mereka yang menyampaikan kita yang dapat informasinya gitu jadi lebih simpel sih ya gitu. sangat membantu sih” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, sebagai ibu generasi Y yang sepakat dengan informan 2

yaitu sejak anak-anak tumbuh remaja. “Yaa sejak pertama punya-punya anak yang tumbuh remaja ya maksudnya pas memulai-mulai SMP yang sikapnya juga ke anak ya yang sikapnya juga yang udah mulai berubah gitu... maksudnya udah berbeda lah, nah itu kadang suka kita cari cari ya dari informasi-informasi itu aja gitu dari IG atau apa atau dari pengalaman seseorang... nah jadi lebih ya pokoknya pas beranak dewasa aja SMP kan mulai berubah kan yang yang mulai-mulai berontak lah gitu ngelawan gitu seperti itu” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 sebagai ibu generasi Y merasa aman dengan kondisi mental anak remajanya. “Karena sejauh ini anak-anak namanya jauh juga ya di asrama jadi mereka juga kalau misalnya untuk fomo kegiatan yang dibawa negatif atau bagaimana enggak ya terus pun dikala memang mereka di rumah misalnya apa namanya kegiatan yang kalau dibilang di luar rumah sejauh ini masih aman-aman aja sih karena aku balik, lagi ke anak-anak itu tidak menjadikan mereka tuh, ya kalau dibilang tidak ada jarak lah ya bahkan Alhamdulillah, sejauh ini anak-anak pun apapun diceritakan ke orang tuanya... nah itu fungsinya kalau dibilang kita jadi teman ke anak ya gitu karena kita membiasakan membiasakan diri ke anak kita membuka pemikiran kita nah bahkan anak sendiri nanti lama-lama terpancing untuk cerita.” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

4. Pengalaman ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja

- Latar belakang informan sejak dini merujuk kepada bagaimana transmisi nilai kesehatan mental dalam keluarga informan sejak dini yang ditanamkan oleh orang tua. Sehingga peneliti dapat mengetahui konstruksi awal pemaknaan kesehatan mental yang terbentuk dalam diri informan hingga memengaruhi pola pikir dan respons mereka terhadap informasi kesehatan mental.

Informan 1 menyebutkan bahwa orang sakit mental berarti langsung diasosiasikan dengan kegilaan. “Saya dari kecil? Jaman saya mungkin agak lamaan dulu ya. Orang kalau sakit mental gila aja gitu kan. Jadi nggak ada yang sampai dipelihara. Paling kalau orang tua zaman dulu itu mendidik kita lebih ke secara agama. Jangan begini, kita harus bersikap baik. Jangan menyinggung orang lain. Kesopan santun. Terus kalau masalah ini, kalau orang tua zaman dulu cenderung agak kurang. Untuk kesehatan mental kita lebih ke kamu tuh anak baik lah, gitu aja. Jadi Alhamdulillah dari rumah saya juga bukan orang-orang yang kasar, bukan orang-orang yang apa, jadi nggak kenal juga sih. Istilah istilah kayak gitu ya. Biasa-biasa saja.” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, bahwa yang ditanamkan sejak dini adalah kepercayaan dan arahan dalam bersikap. “Kita, ya mungkin sekedarnya aja ya. Itu karena dari kecil ditanamkan kepercayaan. Jadi, ya kita diarahkan gitu nih kamu jangan segini segini begini begini gitu kan kamu jangan begini belum belajar kayak gitu kan. Kamu begini begini kalau begini tuh salah gitu kan ya” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menekankan pada pola asuh POC yang dimana apa kata orang tua harus nurut. 74 “Enggak kita kan gini ya, taunya kita kan parenting POC ya, apa kata orang tua harus nurut, rutin kan lebih kepada enggak kalau dari kecil ya...” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, menjelaskan bahwa diskusi mengenai informasi kesehatan mental di media sosial jarang karena adanya perbedaan zaman. “Ada kali yaa, cuma lupa yaa, ada sih ada cuman apaa yaa? beda dulu jamannya kan gaada media sosial ya... jadi dulu tuh beda media sosial itu kan baru keluar tuh di atas 2004-2005, jadi paling sih ini aja ya diskusi-diskusi gitu aja sih Ya palingnya gitu aja. Cuma kalau dulu kan jarang ya. Jadi kita cuma dapet ya dari orang tua. Kayak gitu sih” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, menyatakan bahwa pengendalian emosi dan peran gender turut menjadi faktor kesehatan mental “Kesehatan mental? Apa ya? Ya kayak Kalau jangan Gampang marah kayak gitu Iya sih Yang gampang marah Terus Apa lagi ya? Jangan cepet marah Jangan cepet tersinggung Kayak gitu-gitu sih Pokoknya, kayak emosi Terus ya pokoknya gitu aja deh. Cewek itu harus pintar ini lah, harus pintar ini lah, bukan sekedar ini aja harus bisa masak lah, atau kayak gitu” (Informan 4, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, yaitu tidak ada sosialisasi kesehatan mental sejak dini dari orang tua “Dari orang tua kayaknya enggak ya soalnya ya mungkin kalau kesehatan mental, mungkin kehidupan yang kalau dibilang orang tua jalani itu bisa kita jadi contoh sih apapun yang memang apa namanya kerja kerasnya mereka apa namanya rajinnya ibadah... mereka itu kan secara tidak langsung itu mengajarkan kita ya gitu yang tidak harus banyak dibicarakan tapi mereka praktek langsung” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Nilai-nilai yang dianut merujuk kepada bagaimana informan menjalani perannya sebagai ibu yang sangat berpengaruh terhadap cara interaksi, mendampingi dan memberikan arahan kepada anak remajanya.

Informan 1 menekankan pada pentingnya menjaga komunikasi bersama anak remaja. “Tapi intinya, kalau di saya itu, menjaga komunikasi sama anak. Nggak perlu pake medsos. Kalau saya bercerita, ngobrol. Kalau ngumpul, ngobrol. Jadi masih terjaga lah ibaratnya. Dia curhat nih ke kita kok. Apa juga di ceritain. Insya Allah” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, menyatakan bahwa nilai kepercayaan sebagai pondasi utama “Kita pesanin. itu kasih kepercayaan sih yang penting kasihlah kepercayaan anak anak biar mereka bisa ini juga sih ya kalau kita kasih kepercayaan kan mereka malahan lebih tenang lebih bagus lah daripada kita ngomongin bawel, kita jadi musuh sama anak-anak kayak udah setempekan juga ini bawel banget sih” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyatakan bahwa memang kondisi perkembangan teknologi telah berkembang, sehingga informan menekankan cara bersikap dan berpikir untuk tidak hidup dalam ketakutan “Kalau tante Ami itu lebih kepada ibu itu akhirnya saya tidak bisa terlalu berpikiran takut. Karena itu tadi, malah ibunya nanti yang stres. Segala ditakutin, Nggak bisa. Kalau kita terlalu takut, akhirnya kita sendiri yang kena. jadi ya udah emang zamannya begini tinggal bagaimana sikapnya di dalam keseharian. karena kita kan juga perlu menjaga kesehatan mental juga jadi sekali aja, kalau misalnya kira-kira ada yang terlalu mengganggu gitu, baru dicek, kalau enggak ya enggak lah itu tadi beradaptasi dengan teknologi tadi berdamai.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai generasi Y yang menyatakan bahwa karena ada pengaturan mengenai batas usia saat membuat akun di media sosial, informan yakin konten yang diakses sesuai dengan klasifikasi usianya. “Itu sih dibatasi sih karena kan disitu pilihannya ada usia ya pas kita bikin akunnya... ya bisa sih dibatasi itu sih jadi jadi biar kontennya udah terlalu apa ya terlalu terlalu berlebihan lah... iya itu sih itu pas buat. Hanya boleh... libur satu minggu aja, kalau hari biasa paling kalau ada kegiatan penting kerja kelompok cuma boleh buka whatsapp aja kalau hari Senin sampai Jumat. Pokoknya bakal dikasih kalau itu berkaitan dengan sekolah gitu ya, itu selebihnya sih enggak disimpan Sabtu minggu boleh.” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, menyatakan bahwa dirinya berusaha memberikan arahan yang positif untuk anak remajanya. “Lebih kita mau ngasih apa ya arahan-arahan aja sih sama mereka gitu harus ya inget lah inget harus sayang sama diri mereka sendiri sih intinya sih seperti itu dan masa depan juga bisa lebih seperti itu. Kita arahnya ke agama terus lebih deket juga, makanya sekarang kan serem ya kesehatan mental anak-anak mungkin itu dari agamanya juga kan kayak mereka ngelakuin-

ngelakuin hal-hal yang kayak tadi lah, tuh yang sampai ini dan perlu pendekatan lah” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, menyatakan bahwa berusaha memberikan arahan dan mengajarkan kepada anak secara tindakan praktik. “Sama seperti yang saat ini saya lakukan, saya pikir anak sekarang itu tidak usah yang kita banyak untuk apa namanya kita mengajarkan dengan teori ya, jadi ya sudah praktek saja langsung, bahkan dengan praktek langsung mereka paham gitu loh, Insya Allah sih sejauh ini lebih baik seperti itu ya jadi mereka merasakan bagaimananya gitu” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Relasi dengan anak remaja merujuk kepada pondasi utama dalam membangun komunikasi ditengah tantangan informasi digital terutama dalam konteks konten-konten kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial.

Informan 1 mengungkapkan bahwa anak remaja perempuannya cenderung cerita sedangkan anak laki-laki jarang bercerita. “Kalau yang perempuan cerita. Kalau yang laki kan tidak cerita. Cuman harus nyari tahu. Kayak gitu. Untungnya yang kedua itu cuma cerita. Biasanya dia cerita dulu, temanku begini-gini. Nah, dari situ kita masuk. Mak, aku bingung gini gini. Nah, baru masuk. Langsung kasih saran. Ngobrol-ngobrol, lama-lama masukin dikit-dikit, nggak mendikte ya. Kenapa bisa begitu ya. Kamu hati-hati ya” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, menyatakan bahwa anak laki-laki memiliki rasa keingintahuan yang tinggi. “Kalau anak perempuan, dia... Karena perempuan ya, dia lebih sering ini aja. Ya pergaulannya standar lah gitu. Dia gak suka yang... Kayak yang Aji juga gak sini gitu kan di sekolah ya. Beda lah, beda anak laki-laki kan... Kayaknya mau tau banget di dunia luar Pengetahuannya lebih tinggi ya, Tapi emang saya bebasin mereka tuh dari SMP Pokoknya suka jalan kemana, Saya bebasin kamu tuh jangan kuper, jangan sampai anak laki orang Jakarta nanya jalan, kamu harus tau jalan makanya saya bebasin tuh dia Dari SMA” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyampaikan bahwa pernah berdiskusi mengenai kesehatan mental. “Pernah, pernah contohnya bukan berdiskusi lagi ya tapi menginformasikan bahwa kalau bermain HP terlalu lama itu pasti dari psikologi yang kecil itu marah itu, sudah mengganggu.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu generasi Y menyatakan bahwa cukup sering diskusi mengenai informasi kesehatan mental di media sosial Instagram. “Hmm. sering sih ya... cara ya diskusi terus sama ada akun apa kirim ke dia, kirimnya lewat DM, jadi kita nemu apa nih untuk anak-anak itu kan langsung ke di apa Apa sih namanya? Forward ya? Dibagikan ya?. Itu sih lebih ke fungsi itu sih. Paling kalau mau tidur deh ngobrol gitu” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, menyatakan bahwa ada batasan waktu dalam mengakses informasi digital. “Kalau diwaktuin main hp iya, mungkin temen kali ya di lebih deket jadi gitu jadi iya dijadiin temen terus terkadang ya... kalau dijadiin temen itu mungkin kalau misalkan lagi main hp jadi mungkin kita suruh kita panggil kita buat apa mungkin kita bantuin buat kue atau apa gitu ya seperti itu aja sih kalau gitu ada kegiatan di dapur lah biar jadi rajin juga gitu ya ada kegiatan positif gitu...” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, menyatakan bahwa tidak intens melakukan diskusi mengenai konten kesehatan mental remaja. “Kalau untuk diskusi sih enggak ya diskusi yang intens sekali untuk ngomong kesehatan mental tapi kalau apapun anak-anak itu di membiasakan apa-apa cerita, dan kalau dibilang anak-anak walaupun anak saya laki ya tapi sejauh ini mereka tuh terbuka dengan banyak hal dan itu mereka pasti apa-apa bertanya terutama ke ibunya karena saya membiasakan ibunya ini menjadikan dia adalah teman curhat, kalau terbuka dengan anak kayak gitu” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Tantangan dan kendala merujuk kepada bagaimana informan menghadapi berbagai tantangan dan kendala yang ia hadapi dalam sisi komunikasi maupun perkembangan informasi konten kesehatan mental remaja.

Informan 1 menyatakan bahwa terdapat kendala ketika anak tidak memiliki keinginan untuk bercerita. “Kendala? Kendala, kadang anak itu dia mau cerita, ada yang nggak. Kalau saya lebih senang kalau yang cerita malah, walaupun ceritanya dia kadang nggak enak didengar, tapi kan, oh, ternyata kayak gini. Yang lebih susah yang nggak mau cerita. Kalau anak laki kan nggak mau cerita. Kita tanya terus. Paling gitu. Tantangannya gitu. korek anak gimana caranya dia mau cerita. Kadang,

kegiatan sekolah hari ini kalau nggak ditanya, nggak laporan. Gimana? Oke? Baik? Baik. Itu doang. Ini harus cari tahu nih” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, mengungkapkan

bahwa kendala yang di alami remaja terutama pada lingkungannya dalam bersosialisasi sehingga menjadi tantangan tersendiri. “Kendalanya mereka itu sekarang itu udah remaja terus lingkungan lingkungannya itu luas, itu yang kita gak bisa ngikutin itu sebenarnya... orang tua kan kayaknya ngeliat anaknya secara langsung ya mereka tuh bergaul sama siapa sedang apa nah kita kan gak bisa sekarang dan kalau kita banyak bertanya juga salah mereka protes kita mau ngecek hp udah dikunci... ya gitu intinya kepercayaan aja kita percaya kalau percaya ya mudah gitu buat komunikasi juga, mudah gitu kan gitu sih kita menghindarin slek juga sama anak-anak gitu aja” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 mengungkapkan kendala apabila anak tidak nurut dalam membatasi waktu penggunaan media sosial untuk menjaga kesehatan mental. “Ya iya, itu pasti. Pertama, melarang. Kita dari pakai nada rendah, nada tengah, nada tinggi, dipukul, maksudnya dipaksa, dimatikan, itu pasti berbagai cara. Karena ya itu tadi membatasi jam untuk melihat media sosial itu perlu. untuk menjaga kesehatan mental mereka sendiri. Mungkin mereka tidak sadar. Nah, kitalah yang mengontrolnya. Dia kan nyokron-nyokronnya pada sadar dia. Kan gitu” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, menyatakan bahwa informan merasa ada tantangan karena dirinya bekerja sehingga merasa ada keterbatasan dalam melakukan pemantauan konten yang diakses oleh anak remajanya di media sosial. “Tantangannya ya, itu sih, apa ya, tantangannya kita kadang kalau kerja, jadi kita nggak setiap saat bisa mantau terus... yang, apa ya, informasi-informasi yang datang walaupun kita udah batesin, tapi dia bukanya apa, itu kita nggak bisa nolak sih ya. Soalnya sudah terjadi juga gitu kan. Karena kan, apa ya, sekarang tuh, apa aja bisa diakseskan, jadi itu kalau jangan enggak dari media aja dari YouTube itu juga punya kalau YouTube ituu tadi YouTube udah nggak mungkin pakai YouTube kids... udah nggak mau, itu sih tantangannya ya karena ya anak sekarang kan apa ya susah batasannya ya kalau udah tau udah pinter juga sendiri nyari sendiri, jadi mau gak mau beradaptasi juga gitu susah itu sih tantangannya ya susah menghadapi era digital” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, menyatakan tidak secara eksplisit kendala yang dihadapi, namun fokus pada dukungan kebutuhan dan keinginan anak. “Kayak misalkan dia lebih senang ikut lomba menggambar itu kalau misalkan ada lomba menggambar dia tuh senang terus paling kita supportnya paling kalau misalkan apa yang dia butuhin kita memenuhi kebutuhan dia kayak misalkan alat lukisnya atau apa gitu terus kegiatan kayak anak yang nomor 2 dia lebih senang menari jadi yaudah kita dukung seperti itu” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, menyatakan bahwa tidak merasa ada tantangan besar, justru mengajak anak melalui pendekatan religius dan reflektif. “Tantangannya kalau dibilang sejauh ini saya gak pernah yang bagaimana sih ya santai aja... paling apapun saya selalu mengingatkan anak-anak apabila kamu ada masalah nak apalagi jauh dari ibu jangan lupa untuk cerita sama Allah, terus yang kedua kalian kan butuh teman untuk bagaimana ya untuk membuka dan kalau dibilang jangan itu semua dipendam... jadi intinya ceritakan kepada Allah, yang kedua kamu punya buku punya pulpen biasakan apapun yang memang kamu ingin ceritakan ditulis dengan semua apa yang kamu ingin curhatkan sebelum ke orang lain” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Harapan informan buat remaja merujuk kepada keinginan ibu generasi X dan Y untuk anak remaja yang sedang tumbuh di tengah perkembangan informasi digital yang pesat dan tantangan yang semakin kompleks.

Informan 1 sebagai ibu generasi X, menyatakan bahwa remaja harus membangun kesadaran positif terkait memilah informasi bagi dirinya sendiri. “Paling yang dibangun itu kesadarannya. Ini lho, bukan belum umur kamu lho. Belum umur kamu lho, lihat ini. Kalau lewat, skipin, skip. Jadi, lama-lama dia juga nggak mau ngelihatnya. Tapi ya mungkin, pasti ada juga kecolongannya ada. Cuman kan, berarti kita udah usaha gitu ya. Cuman masih aja. Ini ya, nggak game doang” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, yang mengungkapkan bahwa anak remaja harus memiliki batasan diri agar tidak salah langkah dalam lingkungan sosialnya yang bisa membawa pengaruh negatif terutama mental. “Harapannya ya Banyak remaja yang ini ya. Kadang salah langkah gitu kan. Yaa saya banyakin, kayak podcast kan sekarang lagi kena ya. Ngena ke remaja. Mungkin banyakin yang itu. Jadi buat

pegangan dia sih. Buat rem dia sebenarnya. Sekarang kalau gak punya rem. Sudah bahaya juga. Bebas gitu kan. Ya pokoknya disana dunia luar kan. Banyak lah. Kadang. apa namanya kita baik gitu kan tapi teman kita enggak baik jadi kita syaratnya baik minimal mereka bisa membedakan teman kadang-kadang, teman ada yang baik minimal dia enggak terpengaruh buat membentengin mereka gitu kan” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyatakan bahwa harapannya untuk anak remaja harus mempunyai rasa solusi dan bukan hanya label pada dirinya, agar tidak hanya menerima informasi mentah tapi memahami “Harapannya semoga anak-anak itu bisa menyerap informasi itu tidak hanya sekedar awal ya, tapi harus memahami. Nah, memahaminya itu tanggung jawabnya siapa ya, termasuk orang tua, termasuk praktisi kesehatan, termasuk orang-orang yang mempunyai ilmu di bidang tersebut. Sebenarnya psikologi, itu harus benar benar memberi edukasi secara jelas gitu loh tapi tidak memberi edukasi saja tapi memberi solusi, jadi enggak hanya eh lu anak ADHD lu lu brain root lu gitu enggak gitu jadi solusinya penjagaannya lebih kepada seperti itu” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4 sebagai ibu generasi Y, yang mengungkapkan harapannya kalau Remaja boleh akses media sosial tapi tetap dibawah pengawasan orang tua. “Karena kan penting ya kalau sekarang, karena belajar dulu kan gitu sekarang penting ya, terus dia pengen punya media sosial Instagram, oke boleh tapi mamanya yang pantau gitu dan passwordnya juga mamanya jadi kepantau terus. Instagram aja karena temen-temennya udah punya Instagram, dia mau yaudah, tapi kalau tiktok nggak” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, bahwa harapannya untuk remaja semakin dekat dengan agama sebagai pegangan ditengah permasalahan digital. “Harapan kayaknya lebih mendekatkan diri sama agama semuanya sih seperti itu mungkin kan kayak sekarang mungkin ya mungkin kan sekarang anak-anak ini kan kayak misalkan ada game-gamenya ya mungkin kalau kayak kalau 84 misalkan saya juga sama mungkin dibawahnya itu mungkin lebih nih jadi lebih ke semuanya itu lebih ke agama deh kayaknya deh harapannya” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, menyatakan bahwa remaja harus bisa berada di lingkungan yang positif, karena akan memberikan dampak baik bagi hidup mereka. “Jadi yang kita harapkan ke anak-anak adalah kita cari lingkungan yang baik lingkungan yang sehat dengan lingkungan yang baik, teman-teman yang baik kita terbawa positif terus kalau untuk apa namanya dengan lingkungan kita positif pastinya terbawa yang baik untuk kegiatan mereka pun mau apa namanya mereka mau pilih dengan kehidupan yang mereka Inshaallah pasti kehidupan yang baik gitu” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

- Saran untuk ibu yang memiliki anak remaja merujuk kepada keenam informan memberikan beragam saran kepada sesame ibu yang sedang mendampingi anak khususnya fas-fase remaja 10-18 tahun.

Informan 1, sebagai ibu generasi X menyarankan orang tua atau ibu harus memiliki peran fleksibel dalam membangun kedekatan dengan anak remaja. “Jadi temennya anak. Jadi temennya aja kalau saya. Jadi temennya, jadi orangtuanya, jadi supirnya, jadi bendaharanya, donatur. Semuanya. Ada sponsor. Ya gitu aja” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, yang menyarankan bahwa agar ibu tidak bersikap otoriter melainkan sahabat bagi anak remajanya. “Sekarang ibu-ibu emang apa harus sehat dulu. Sehat dulu lingkungan rumah tangganya. Kalau lingkungan rumah tangganya sehat, dari lingkungan rumah sehat, anak itu pasti tumbuh akan jadi mental yang sehat, misalnya kasih kepercayaan ke anak anak kita jangan selalu mendikte karena kalau mendikte itu akan memojokkan anak sebenarnya kan dan kita jadi apa namanya jadikan mereka sahabat agar mereka tuh berterus terang kalau ada apa-apa, ada masalah hati-hati mencoba berterus terang jangan kita jangan jadi guru gitu untuk anak anak kita sendiri karena itu lebih membangun sih” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyarankan bahwa ibu harus bisa terapkan aturan dan penghargaan secara jelas kepada anak remaja. “Umumnya kalau remaja dia kan punya waktu sekolah, nah waktu sekolah itu yaudah dia tidak boleh pegang hp, jangan cari sekolah yang boleh bawa hp. nah ketika pulang ya berarti dia punya reward karena udah belajar tadi, boleh silahkan lebih kepada apa yang sudah kewajiban-kewajiban dia di rumah itu dikerjakan... no problem okee, misal kalau itu tidak dikerjakan berarti kan dia tidak boleh main HP contohnya kalau seperti di rumah misalnya kayak di rumah kan sudah ada kewajibannya membuang sampah, cuci piring gitu sekedar mengangkat baju ngaji nah kalau misalnya ngaji dia masih mau main HP, ya ditarik dilarang ngaji dulu seperti itu, gitu aja kalau

terlalu dikekang nggak boleh nggak bisa juga kita juga main HP” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu generasi Y yang menyarankan bahwa untuk melakukan pendekatan lewat diskusi dan obrolan santai edukasi atau aturan bersama. “Itu sih ngobrol bareng terus mendekatannya ya edukasi terus sih... kayak bikin aturan ya boleh pakai ini lebih ke ngobrol sih ya pokoknya diskusi ya diskusi bareng ya itu...” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5 yang selaras bahwa ia menyarankan Ibu sebaiknya banyak membaca informasi di media sosial untuk mendapat masukan yang relevan dalam menghadapi anak “Saran-saran kalau apa ya untuk di info apa informasi di kayak misalkan di Instagram atau dimana itu lebih lebih penting sih lebih penting kadang sesuai dengan apa ya apa yang kita alami ya, mungkin sering sering baca, jadi itu kadang buat masukkan kita buat masukkan kita juga gitu kalau misalnya apa yang kita alamin gitu kita bingung mau bertindak apa kadang kita baca dari situ... kadang ada cerita yang sama kita mungkin itu masukannya seperti itu sih kayak buat penenang diri terus masukkan buat diri kita sendiri seperti itu sih” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6 menyarankan menjauhi konten negatif di media sosial dan membangun aktivitas sehat untuk lingkungan rumah yang sehat. “Saran aku sih, karena informasi itu kan banyak ya, yang baik, yang tidak baik gitu jadi kalau kita mengajarkan ke anak itu nah kembali lagi apapun masalah atau mental kalau kamu lagi drop itu biasakan kamu menenangkan diri, itu salah satunya bikin hati kamu happy, sehat. sehat itu apa? biasakan minum air putih, udah minum air putih kalau kerasa hari itu tuh kayaknya akan berat nih masalah kedepan nih, lagi kusut nih hari itu, nah itu salah satunya adalah apa kalau memang ada ruang waktu kosong itu biasakan olahraga pagi, melihat dunia intinya yang dari kecil aja dulu. walaupun memang di luar sana banyak yang kalau dibilang positifnya ya dari buka gosip apa media sosial kalau saya karena saya pikir hidup ini itu kita berjalan jadi kalau kita melihat sesuatu yang sudah negatif atau sesuatu yang kalau dibilang kita buang waktu kita itu sayang karena hidup kita” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

5. Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

- Bentuk konten ideal merujuk kepada wujud penyajian konten lebih mengarah kepada format visual atau audionya. Bagaimana informasi kesehatan mental remaja di media sosial dikemas dan disajikan secara visual sehingga informan dapat menerima dan memahami dengan baik.

Informan 1 mengungkapkan bahwa video reels dinilai lebih efektif membantu dalam menyampaikan pesan kepada remaja. “Sama aja kalau saya video ataupun tulisan. Tapi lebih ke reels. Itu bisa bantu. Kadang kalau labelnya ada, nih jangan main game nih, jadinya seperti ini. Kirim. Baca ya! Nah paling itu dikasih. Sama ya, Kalau reels ada yang gini, kirim. Atau kalau ada yang contoh baik, kita kirim. Ini loh kalau bisa seperti ini. Kita membantunya gitu aja. Kadang anak kalau kita nasehatin, dia nggak denger. Ketika ada contohnya, ini loh bener terjadi loh, anak matanya jadi berdarah gara gara kebanyakan main HP. Kirim. Itu efektif” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, menyatakan bahwa video mampu memberikan kesan secara mendalam karena melibatkan elemen audio dan visual secara bersamaan. “Mungkin yang lebih mengena video yaa, Video karena itu akan dia akan mengena gitu karena kita nonton yaa, kalau poster itu kan sekedar tulisan dan gambar jadi kita sepiintas itu aja sih. (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, yang menyatakan bahwa tergantung generasi namun minimal anak remaja perlu konten secara audio-visual. “Tergantung kepada generasinya, tapi kalau kulihat sekarang-sekarang itu memang anak harus audio visual minimal podcast, kadang kalau praktisi kesehatan juga kalau emak-emak nih agak tua suka, tapi kalau anak-anak sekarang kayaknya nggak begitu deh dilihatnya ya sekilas-sekilas doang itu.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu generasi Y, yang mengungkapkan selaras dengan informan sebelumnya bahwa podcast dan video pendek lebih ideal karena durasi singkat lebih mudah di konsumsi remaja. “Podcast sama video pendek sih ya... kalau YouTube kan sekarang panjang banget ya durasinya ya...” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, mengungkapkan bahwa konten bentuk video lebih menarik dibanding podcast. “Video kali ya, kalau podcast kadang anak-anak kurang sih kayaknya sih soalnya podcast kan lebih baik mendengarkan juga kayaknya lebih ke video” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

- Jenis konten ideal merujuk kepada isi atau topik konten kesehatan mental remaja lebih mengarah kepada kategori atau tujuan dari konten itu. Bagaimana informasi kesehatan mental remaja di media sosial mudah disampaikan, diterima dan dipahami oleh remaja.

Informan 1, sebagai ibu generasi X, menyampaikan bahwa konten harus edukatif dan sensitive serta ada unsur pesan positif “Harus ditutup dengan berita yang lebih bagus lagi. Misalnya gitu konten kontennya gitu aja. Yang arahnya nantinya lebih merhatiin kesehatan mental. Jadi kalau mau bikin konten inget, yang ngeliat bukan cuma orang dewasa, tapi ada juga remaja, ada anak-anak. Jadi hati hati gitu aja. Kalau mau konten apapun. Itu harus diedukasi” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, menyatakan bahwa gaya penyampaian dikemas secara informatif tapi menghibur. “Kalau anak-anak remaja itu kan jangan yang terlalu formal banget juga jangan karena monoton juga, bosan gitu ya... pokoknya ada hiburan tapi ada informasi yang masuk gitu aja sih, dikemasnya tuh lebih friendly kalau anak remaja sekarang tuh kita gak boleh yang ini banget formal-formal banget lah, tapi disitu mereka dapet informasinya gitu sih...” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3 menyatakan bahwa gaya penyampaian disampaikan oleh praktisi kesehatan seperti dokter atau psikolog yang kredibel, logis dan terpercaya “Mungkin lebih kepada praktisi kesehatan kali ya dokter-dokter gitu ya lebih pada membahas seperti itu, karena anak sekarang tuh enggak enggak bisa hanya cerita gitu, kadang logika gitu lebih kepada praktisi kesehatan gitu sebenarnya banyak juga kan influencer juga cerita ini cerita itu, tapi kadang bener juga gitu mereka kan juga masih baca, tapi kadang kalau aku lebih percaya kepada yang yang ngomong praktisi kesehatan psikolog kayak gitu gitu lebih terpercaya lah...” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, menyatakan bahwa gaya penyampaian yang ideal yaitu singkat, padat, jelas, langsung ke inti pesan, narasi diperlukan tapi tidak bertele tele. “Yang ideal tadi sih sempet ada juga ya kayak gini ya bersama ya yang ideal yang tadi video ada narasinya, yang gak terlalu lama sih intinya jelas singkat padat langsung ke intinya kan apalagi sekarang tuh content creator banyak banget kan” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, mengungkapkan bahwa konten untuk anak remaja terdapat unsur visual seperti gambar ataupun ilustrasi agar menarik. “Yang idealnya itu ya kayak misalkan sekarang ini anak-anak lebih ya kalau misalkan apa ya aduh kemarin itu anak-anak kayak kayak gambar gitu loh kayak yang anime-anime gitu ya kayaknya ya maksudnya kayak apa sih yang kayak cerita cerita gitu loh. Mungkin kalau misalkan anak sekarang kan ngelihat zamannya ya mungkin yang beda sama kita gitu, mungkin misalkan kayak gitu dilengkapi dengan gambar atau apa gitu ya jadi yang biar menarik gitu.” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

- Isi konten ideal merujuk kepada bagaimana konten kesehatan mental sebaiknya disusun agar pesan yang disampaikan melalui media sosial dapat diterima dengan jelas oleh remaja.

Informan 1, menyatakan bahwa isi pesan harus ada contoh akibat positif dan negatif, bukti konkret dan valid, sumber terpercaya agar tidak hoaks. “Satu, contoh akibatnya. Akibat positif, akibat negatifnya itu kan perlu dikasih tahu ya. Dan perlu ada bukti konkret. Ini loh benar-benar terjadi. Seperti itu aja. Kadang kalau belum ada yang terjadi, belum percaya. Tapi harus dipastikan kalau berita itu benar, terjadinya ini benar, jadi semua percaya. Jadi jangan anak kadang ngebalikin, ah sama reels aja percaya. Jangan kayak gitu. Kalau bikin konten serius, ada buktinya, ada sumbernya. Itu aja. Jelas ya.” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

informan 2, menyatakan bahwa isi konten untuk remaja harus berupa obrolan ringan tapi bermakna, seperti dialog yang dekat dan tidak menggurui. “Minimal dari situ obrolan-obrolan Kayaknya obrolannya ringan Tapi tuh mengena anak-anak lah Soalnya podcast kan durasinya juga panjang kan Panjang Terus gak ada Oh ini loh Gue Habib, gue Ustadz Situ anak muda Ternyata mereka tuh bebas Bertanya apa aja gitu loh Itu yang mereka Mungkin zaman sekarang mengena anak-anak ya” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 3, menyatakan bahwa isi pesan yang mengandung berbagai sudut pandang, seperti diskusi dua arah dari remaja dan praktisi kesehatan. “Karena kan dia tahu tanya jawab podcast ya, jadi tidak satu arah doang misalnya praktisi ngomongin ini, ini, ini jadi berbagai macam sudut pandang gitu ya misalkan kayak ada dari sisi remajanya. Itu durasinya kan panjang kalau podcast, aku cenderung sering nonton malah ya, terkait isu-isu baru aja misalnya kalau isu sekitar kesehatan mental enggak

secara spesifik ya... cenderung tapi lebih kepada misalnya nih ada kasus” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, menyatakan bahwa isi pesan yang mengandung tips singkat dan ringkas dalam video pendek maksimal 1 menit. “Jadi kayaknya lebih ke tips-tips yang video pendek, kayak cuma berapa detik doang paling gitu ya iya satu menit lah satu menit gitu karena kan sekarang kadang jamannya kadang baca agak males ya jadi cukup dari video video pendek kelamaan juga agak bosan kan” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

informan 5, menyatakan bahwa isi pesan berupa contoh yang berkaitan dengan yang dialami oleh remaja, seperti 95 penjelasan singkat dan narasi “orang tua marah bukan karena benci, tapi karena sayang”. “Video kan soalnya bisa jadi ada gambar contoh kasusnya dan lain sebagainya, kayak misalkan ada tulisan gitu kan pernah juga ngeliat ya, tentang orang tua tuh marah tuh bukan karena gak sayang, mungkin karena sayang, mungkin karena apa-apa-apa biasanya kan ada yang kayak gitu, itu kadang suka di-share ke anak-anak...” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

informan 6, menyatakan bahwa harus melibatkan dan mencari orang yang kompeten di bidang kesehatan mental, agar isi kontennya valid dan berbobot. “Yang ideal ya memang harusnya sih mencari orang yang tepat, apa yang dibicarakan dan mungkin dari sisi apa yang dibicarakan itu mungkin ada sisi benarnya jadi memang harus dicari yang memang benar-benar orangnya yang memang berkompetensi di bidang itu” (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)”

6. Persepsi Ibu Generasi X dan Y terkait informasi Kesehatan Mental Remaja

- Seleksi, Organisasi, Interpretasi Informasi Kesehatan Mental Remaja

Generasi X

pernyataan dari informan 2, sebagai kalangan ibu generasi X. “Konten kesehatan mental remaja ini sih kita gak terlalu ini ya, gak terlalu ngikutin yang itu. Kurang, kurang” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

pernyataan dari informan 3, sebagai kalangan ibu generasi X. “Karena kan anak yang terakhir ini kan, kalau nyari ADHD, cenderung tuh autis itu apa, ADHD itu apa. lebih kepada mengklik ya mencari ya praktisi dokter doang gitu” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

pernyataan dari informan 1, sebagai kalangan ibu generasi X. “Sekarang tuh memang gini, karena adanya media sosial banyak banget berpengaruh ke remaja-remaja sekarang. Jadi misalnya ada satu hal yang viral, semua anak remaja mau mencoba, mau ngelihat, mau seperti itu ya. Jadi mungkin konten yang butuh itu lebih banyakin aja warningnya” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

Generasi Y

pernyataan dari informan 4, sebagai kalangan ibu generasi Y. “Buat enak mendapatkan informasinya yang antara tadi tuh iya kayak Instagram Tiktok atau Facebook. Atau kalau aku sih karena lebih sering ke Tiktok sama Instagram kayaknya dua itu sih... oh Youtube juga sih, cuma kalo Youtube itu kan tadi yang aku bilang tuh kebanyakan durasi, Karena kan kita terkait dengan waktu juga nih, ada apa nih, gitu... Tapi sekarang kan orang pengen butuh informasi itu cepet ya” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

pernyataan dari informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y. “Sangat-sangat membantu makanya itu kita simpen yang kita singkatkan tulisan gitu kan itu kita simpen buat reminder juga” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

pernyataan dari informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y. “Sangat-sangat membantu makanya itu kita simpen yang kita singkatkan tulisan gitu kan itu kita simpen buat reminder juga” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

- Atensi, Ekspektasi, Motivasi Informasi Kesehatan Mental Remaja

Generasi X

Pernyataan tersebut diperkuat oleh informan 3, sebagai kalangan ibu generasi X “Pernah, pernah contohnya bukan berdiskusi lagi ya tapi menginformasikan bahwa kalau bermain HP terlalu lama

itu pasti dari psikologi yang kecil itu marah itu, sudah mengganggu.” (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

pernyataan informan 1, sebagai kalangan ibu generasi X “Paling yang dibangun itu kesadarannya. Ini lho, bukan belum umur kamu lho. Belum umur kamu lho, lihat ini. Kalau lewat, skipin, skip. Jadi, lama-lama dia juga nggak mau ngelihatnya” (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025)

pernyataan dari informan 2, sebagai kalangan ibu generasi X “Kita pesanin. itu kasih kepercayaan sih yang penting kasihlah kepercayaan anak anak biar mereka bisa ini juga sih ya kalau kita kasih kepercayaan kan mereka malahan lebih tenang lebih bagus lah daripada kita ngomongin bawel, kita jadi musuh sama anak-anak kayak udah setempekan juga ini bawel banget sih” (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

Generasi Y

pernyataan dari informan 5, sebagai ibu kalangan generasi Y “Kalau kesehatan mental remaja itu. Kalau misalkan di podcast, ya mungkin ada yang positif, ada yang negatifnya juga. Kalau misalkan yang negatifnya apa ya? kayak misalkan rasa ngeri gitu rasa ngerinya kalau misalkan kayak anak marah kadang yang suka sampai nyayat-nyayat kayak gitu” (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

pernyataan informan 6, sebagai ibu kalangan generasi Y “Kalau aku dari awal pertama kali anak itu pegang handphone jadi memang kita sudah kasih informasi bahayanya handphone bagaimana nah fungsinya handphone itu kan kita buat intinya itu jadi yang memang dibutuhkan poin pentingnya itu... nah ketika sekarang sudah besar, sudah dewasa mereka pun tahu ya, saya pasti yakin kalau sudah dewasa tuh tahu ya mana baik dan mana buruk” (Informan 5, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

informan 4, sebagai ibu kalangan generasi Y “Cara ya diskusi terus sama ada akun apa kirim ke dia, kirimnya lewat DM, jadi kita nemu apa nih untuk anak-anak itu kan langsung ke di apa Apa sih namanya? Format ya? Dibagikan ya? saling link gitu. Itu sih lebih ke fungsi itu sih” (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

Lampiran 17 Formulir Pengajuan Sidang Skripsi

 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR PENGAJUAN SIDANG SKRIPSI/TA	SPT-I/04/SOP-06/F-01
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Zahra Aulia Rahma
 Prodi/NIM : Ilmu Komunikasi / 2021041047
 Judul Skripsi/TA : Informasi Kesehatan Mental Remaja di Medsos : Persepsi Ibu Generasi X dan Y (Studi di Kalangan Ibu daerah Jabodetabek)

Dosen Pembimbing : 1. Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si
 : 2.

Dosen Penguji : 1. JAD :
 : 2. JAD :
 : 3. JAD :

Jadwal Sidang : Tempat : Hari/Tanggal:

Telah memenuhi syarat Sidang Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

No	Syarat	Ya	Tidak
1	IPK minimal 2.00	v	
2	Tidak ada nilai D untuk mata kuliah mayor/inti Prodi	v	
3	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	v	
4	Lulus minimal 1 mata kuliah KOTA untuk tiap rumpun	v	
5	SPT-I/03/SOP-28/F-03 Formulir Pembimbingan Skripsi (minimal 8 x)	v	
6	Poin JSDP (minimal 75% persen dari syarat kelulusan)	v	
7	Mengumpulkan dokumen Skripsi/TA (sesuai ketentuan Prodi)	v	

Tangerang Selatan, 24 Juni 2025

Mengajukan	Mengetahui	Memeriksa	Menyetujui
			
Mahasiswa Zahra Aulia Rahma	Dosen Pembimbing (Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si)	Koordinator Skripsi/TA (Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si)	Kaprodi (Naurissa Biasini, S.Si., M.I.Kom)

Lampiran 18 Uji Similarity Mandiri

Zahra Aulia Rahma_2021041047_Persepsi Ibu Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial

ORIGINALITY REPORT

12%

SIMILARITY INDEX

11%

INTERNET SOURCES

4%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.upj.ac.id Internet Source	5%
2	ejournal.atmajaya.ac.id Internet Source	<1%
3	www.scribd.com Internet Source	<1%
4	ejournal.iain-manado.ac.id Internet Source	<1%
5	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	<1%
6	docplayer.info Internet Source	<1%
7	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1%
8	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1%
9	lifestyle.kompas.com Internet Source	<1%
10	doaj.org Internet Source	<1%
11	repository.unj.ac.id Internet Source	<1%
12	journal.universitaspahlawan.ac.id	

Lampiran 19 Bukti Bimbingan Skripsi

NIM	2021041047	Nama Mahasiswa	ZAHRA AULIA RAHMA
Program Studi	Ilmu Komunikasi	Jenis TA	Skripsi
Periode Mulai	2024/2025 Genap	SKS Lulus	139 SKS
Tgl. Mulai	20 Mei 2025	Judul Tugas Akhir	Persepsi Ibu Generasi X Dan Y Terkait Informasi Digital Kesehatan Mental Remaja
Tahap	Seminar Hasil	Status	Aktif

No	Tanggal	Dosen Pembimbing	Topik	Disetujui	Aksi
1	18 Februari 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Penyusunan Judul Skripsi	✓	
2	4 Maret 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Penyusunan Bab 1-2	✓	
3	27 Maret 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Penyusunan Bab 3 dan Pedoman Wawancara	✓	
4	10 April 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Revisi Keseluruhan Bab 1-3 dan Pedoman Wawancara	✓	
5	15 Mei 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Penyusunan Bab 4	✓	
6	22 Mei 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Revisi penyusunan Bab 4	✓	
7	10 Juni 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Penyusunan Bab 5	✓	
8	23 Juni 2025	Dr. Sri Wijayanti, S.Sos., M.Si.	Revisi Penyusunan Keseluruhan Bab 4 dan 5	✓	

Lampiran 20 Sertifikat LDK



Lampiran 21 Curriculum Vitae



ZAHRA AULIA RAHMA

081221852748 | zahraulia94@gmail.com

Sawangan, Depok.

Seorang mahasiswa semester 6 yang sedang menempuh pendidikan S1 dengan Jurusan Ilmu Komunikasi. Memiliki kemampuan creative writing dan produksi media, serta berkeinginan untuk meningkatkan soft skill dan hard skill di industri media.

Work Experiences

Kawasan Niaga Carlu - Bogor, Indonesia.

Sep 2019 - Nov 2019

Marketing Support

Kawasan Niaga Carlu (KNC) adalah perusahaan yang bergerak di bidang agrowisata dengan melakukan penjualan dalam bentuk kavling. Dimana kavling tersebut terintegrasi antara villa, floating market, dan kebun buah.

- Membuat video iklan komersial di youtube terkait penjualan kavling
- Membuat script untuk iklan komersial penjualan kavling di youtube
- Membuat laporan iklan komersial di excel tiap minggu untuk disosialisasikan kepada ketua pembimbing KNC

MNC Channels - Jakarta Barat, Indonesia

Dec 2023 - Feb 2024

Research & Development

MNC Channels adalah salah satu kelompok saluran televisi berlangganan dari MNC Group.

- Monitoring per menit program buletin sindo morning show, sindo today, sindo sore, sindo files dan sindo malam
- Monitoring per menit program talkshow inside story with anggy dan one on one
- Analisa pola konten yang paling banyak di tonton pemirsa tiap minggunya dari program buletin
- Analisa kategori berita berdasarkan indikator nilai share dari setiap judul headline

Education Level

Universitas Pembangunan Jaya - Bintaro, Indonesia.

Aug 2021 - Aug 2025 (Expected)

Undergraduate in Ilmu Komunikasi

- Mengelola sosial media instagram pada mata kuliah Manajemen Acara yaitu CORE 2024
- Mengelola campaign #DefyLimitationsWithLayak bersama brand Layak Official pada mata kuliah Produksi Hubungan Masyarakat
- Mengelola campaign #WarisanKuring di sosial media instagram cikajang prasmanan pada mata kuliah Hubungan Masyarakat Online

Organisational Experience

UPJ LIVE - Bintaro, Indonesia.

Nov 2021 - Jun 2022

Riset Konten

- Riset Konten untuk pemilihan program Reshort yang berjudul "Eye level - Listen to Me" di akun youtube Upj Live
- Pemeran pendukung dalam series yang berjudul "Berubah" untuk program eye level di akun youtube Upj Live
- Diskusi rutin dengan para anggota dalam project yang akan diadakan di akun youtube Upj Live

Festival Film Boash - Bogor, Indonesia.

Oct 2020 - Feb 2021

Staff Behind The Scene

- Dokumentasi selama proses Pra Produksi, Produksi, dan Pasca Produksi
- Social Media Publikasi pada akun Instagram Alucio Cinema
- Editorial Creative pada foto dan video postingan akun Instagram Alucio Cinema

Karang Taruna Grisas - Depok, Indonesia.

Jun 2023 - Present

Humas

- Manajemen hubungan internal dengan seluruh anggota divisi Karang Taruna Grisas
- Mengatur keseluruhan acara perlombaan 17 Agustus di perumahan Griya Sasmita
- Menjadi pembaca nominasi pemenang lomba pada penutupan acara malam puncak 17 Agustus

Skills, Achievements & Other Experience

- **Projects Kompres UPJ** (2022): Melakukan Produksi audio dan suara untuk Short Movie PAMOR di akun youtube Kompres - UPJ.
- **Seminar Public Speaking** (2023): Menjadi Narasumber pada UAS Seminar Public Speaking terkait "Rekonstruksi Kesenjangan Gender Dalam Konteks Seksualitas".
- **CFA CORE 2023** (2023): Presentasi Extended Abstract penelitian kuantitatif dihadapan Juri terkait "Bentuk-bentuk Adegan Kekerasan Verbal dan Nonverbal Pada Film Komedi".