



2.42%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 10 JUL 2025, 7:01 PM

Similarity report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

 IDENTICAL	 CHANGED TEXT	 QUOTES
0.02%	2.39%	0.03%

Report #27420161

3 6 BAB I PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Masalah Isu kesehatan mental saat ini menjadi salah satu isu yang krusial, terutama tingginya angka tekanan sosial, akademik, serta pengaruh media digital yang terjadi pada anak remaja dalam membentuk kehidupan kesehariannya. Berbagai data menunjukkan sekitar 13 juta remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Data tertinggi terkait masalah kesehatan mental yang dialami ialah kecemasan dengan skor 25.4% pada laki-laki dan 28.2% pada perempuan (I-NAMHS, 2023). Kecemasan tersebut dipengaruhi pertumbuhan secara fisik, mental, emosional, serta penggunaan media sosial. Survei menunjukkan 88,7% responden generasi Z sepakat media sosial berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja (Masriyudin et al., 2024). Media sosial memicu remaja membandingkan diri dengan orang lain melalui postingan (foto, story, video, komentar), serta hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari (Masriyudin et al., 2024). Masa remaja yang berlangsung antara usia 10 hingga 18 tahun, menuntut kapasitas tanggung jawab atas keputusan pribadi dan kesehatan emosional mental yang baik (Kemenkes, 2024). Salah satu contoh kasus yang pernah terjadi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) yang berinisial SM, berusia 18 tahun, meninggal dunia setelah lompat dari gedung asrama lantai 4 akibat depresi. Hasil pemeriksaan bukti berdasarkan kejadian yang dialami korban, ialah mengirimkan voice note “ingin mengakhiri hidup” serta meminum 20 butir kapsul bodrex sebelum

lompat dari gedung asrama lantai 4 (Masyrafina, 2023). Oleh sebab itu, dukungan 1 keluarga dalam pengasuhan, komunikasi, pendidikan, dan perlindungan anak sangat dibutuhkan (Kemenkes, 2024). Dalam praktiknya, masih terdapat keterbatasan dalam implementasi strategi pengasuhan yang dilakukan oleh ibu. Penelitian dari Mazdalifah & Moulita (2021), menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua melakukan pengawasan pasif, yaitu hanya memantau situs web apa yang dikunjungi anak dan membatasi waktu penggunaan media. Padahal kenyataannya, model pengawasan orang tua yang paling efektif adalah pengawasan aktif, dimana orang tua tidak hanya mengawasi tetapi ikut terlibat dalam melakukan pengawasan (Ratumakin et al., 2023). Peran orang tua terutama ibu dalam tumbuh kembang anak, perlu ditingkatkan lebih dalam lagi sebagai penengah antara penggunaan media dengan pola asuh bersama anak atau disebut digital parental mediation. Yakni orang tua berperan dalam mengurangi dampak negatif akibat dari penggunaan media serta membantu memahami konsekuensi yang akan timbul dikemudian hari (Elisa et al., 2022). Penelitian lainnya dari Desiyanthi & Pristinella (2021) bahwa Ibu dalam menerapkan lima strategi parental mediation, hanya diterapkan paling banyak 2 yaitu active mediation of internet use dan internet safety . Sedangkan technical restriction dan monitoring masih jarang dilakukan atau diterapkan oleh para ibu. Selain itu, pada kenyataannya literasi digital di

kalangan anak termasuk remaja dan orang tua cenderung berbeda. Bagaimana orang tua seringkali tidak memahami media sosial bekerja pada fiturnya atau bagaimana cara mengawasinya, sementara banyak anak tidak tahu bagaimana menyaring konten yang tepat sehingga berpengaruh pada kesehatan mentalnya (Nuzuli & Aldian, 2024). Oleh karena itu, ketika ibu menjadi pendamping digital bagi anak remaja, ada gap atau jarak 2 pengetahuan yang cukup lebar. Seperti halnya isu kesehatan mental pada anak remaja yang kian meningkat. Penelitian lainnya mengungkapkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara penggunaan media sosial ibu dengan kondisi kesehatan keluarga (Arindita et al., 2024). Namun dibandingkan dengan ayah, ibu menunjukkan tingkat penggunaan internet yang lebih tinggi untuk mencari informasi tentang kesehatan diri sendiri, kesehatan anak, dan pencarian informasi di media sosial (Arindita et al., 2024). Tinjauan menyeluruh ini menemukan perbedaan signifikan bagaimana pemahaman perilaku ibu terhadap informasi kesehatan, khususnya kesehatan mental remaja. Selain itu tinjauan literatur lainnya mengungkapkan bahwa tantangan yang harus dihadapi, berupa adanya kesenjangan digital. Bagaimana semua orang tidak mampu atau memiliki akses terhadap keterampilan literasi digitalnya secara efektif. Lalu kurangnya regulasi dalam media sosial, yang dimana dapat menyebabkan penyebaran informasi kesehatan kurang akurat (Sari et al., 2023). Penelitian dari lainnya pun mengungkapkan mayoritas

ibu kewalahan dalam memilah konten yang kredibel di tengah maraknya informasi digital (Fahmi, 2025). Oleh karena itu, meskipun tingkat penggunaan internet ibu tinggi, tetapi lemahnya kemampuan dalam mengakses dan memilah konten yang kredibel, menunjukkan kompetensi literasi digital ibu masih lemah dalam merespons informasi kesehatan secara tepat. Kondisi lainnya semakin diperkuat melalui pernyataan dari Dr. dr. Ray Wagiu Basrowi, MKK, FRSPH bahwa kemajuan teknologi komunikasi telah mempermudah akses masyarakat terhadap informasi mengenai kesehatan mental. Namun tidak sedikit adanya informasi yang tersebar secara asal-asalan, atau terkesan kurang berkualitas. Sehingga informasi yang diterima menimbulkan resiko kebingungan dan kekhawatiran (Rudiansyah & Dewi, 2024). Pada titik ini, urgensi literasi digital semakin jelas adanya. Kemudahan akses informasi perlu diimbangi dengan kemampuan berpikir kritis, memilah konten, dan mengidentifikasi sumber yang valid. Media sosial yang telah menjadi platform utama bagi banyak ibu di era teknologi saat ini untuk berbagi pengalaman, mendapatkan saran, dan mendapatkan dukungan emosional (Sugitanata & Aqila, 2024). Fenomena tersebut tidak hanya mengubah cara ibu-ibu berinteraksi dengan anak remaja, tetapi juga mengubah perspektif ibu tentang apa yang dianggap sebagai pengasuhan ideal. Selain itu, pernyataan dari Unicef (2022), remaja percaya bahwa dirinya sudah cukup diajak berbicara dengan orang tentang pengambilan keputusan penting. Hal

tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja lebih suka melibatkan diri dan mengusulkan perubahan dalam cara anggota keluarga berkomunikasi agar suara anak remaja didengar. Sementara yang lain mengusulkan bahwa orang tua harus berusaha mendengarkan pendapat anak remaja bahkan jika tindakan tersebut dianggap mengganggu. Salah satu bentuk kejadian paling nyata ialah problematic Instagram use (PUI) mempunyai hubungan secara langsung dengan kesehatan mental di kalangan remaja (Siswandari et al., 2021). Selain itu terdapat hasil analisis menggunakan R- bibliometrik dengan cakupan kata kunci berupa humans, mental health, dan social media. Yang menunjukkan adanya peran ganda antara media sosial dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental atau memberikan dukungan sosial (Putri & Miftahuddin, 2024). 4 Adapun beberapa informasi kesehatan mental dari akun- akun edukasi yang telah dibuat oleh organisasi, komunitas, maupun influencer kesehatan. Contohnya seperti, @mengenaldiri.id, @menjadimanusia.id, @studiodjiwa @socialconnect.id dan masih banyak lagi. Membuat beragam konten informasi kesehatan mental, mulai dari artikel edukatif, video motivasi, hingga kutipan penyemangat yang tersebar luas melalui berbagai platform digital (Aziz et al., 2023). Gambar 1. 1 Konten informasi kesehatan mental remaja @menjadimanusia.id Selaras dengan tantangan tersebut, jika dilihat dari persepsi masyarakat dalam mengkonsumsi sebuah informasi atau konten kesehatan mental di media sosial. Terdapat perbedaan

karakteristik dari tiap generasi dalam menerima informasi digital (Arindita et al., 2024). Marc Prensky membedakan perkembangan teknologi antar generasi, yakni individu yang lahir sebelum tahun 1980 disebut sebagai digital immigrant karena tumbuh sebelum era digitalisasi. Sedangkan individu yang lahir setelah tahun 1980 disebut sebagai digital native karena tumbuh di masa era digitalisasi (Sari G., 2018). Perbedaan tersebut memengaruhi cara pandang dan interaksi dengan teknologi, misalnya generasi X (1965-1980) cenderung mengandalkan sumber resmi dan bersikap optimis, skeptis maupun realistis terhadap informasi di media sosial. 5 Sementara generasi Y (1981-1995) lebih terbuka terhadap teknologi namun cenderung mempertimbangkan informasi berdasarkan pengalaman pribadi (Kristi, 2024). Oleh karena itu, generasi X generasi Y memiliki cara pandang masing-masing dalam memilah, mengatur, menerima serta menginterpretasikan pesan terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial (Hermawan, 2025). Kebiasaan penggunaan media sosial ibu generasi X dan Y menjadi aspek fundamental terkait informasi digital kesehatan mental remaja. Peran ibu penting dalam mendampingi remaja selama masa transisi menuju kedewasaan yang berkualitas, sehat dan produktif (Kemenkes, 2024). Oleh karena itu, peran ibu perlu didukung kemampuan berpikir kritis dalam menggunakan media sosial, memilah konten, dan mengidentifikasi sumber data informasi yang valid. Informasi yang akurat akan membantu ibu

memberikan dukungan efektif melalui pendekatan intervensi kepada remaja terkait kesehatan mental (Masriyudin et al., 2024). Untuk memahami perspektif para ibu dari kedua generasi X dan Y, konsep uses dalam teori uses and gratification dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial untuk memenuhi tujuan tertentu. Dalam konteks penelitian ini, ibu sebagai pengguna media sosial memiliki kecenderungan tersendiri dalam mengakses jenis informasi secara hiburan, edukasi, maupun sosial (Karunia et al., 2021). Oleh sebab itu, perbedaan usia, karakteristik generasi X dan Y, dan kebiasaan penggunaan media dapat memengaruhi cara memandang sebuah persoalan peristiwa hidup maupun fenomena, seperti halnya isu kesehatan mental pada anak remaja yang kian meningkat dan membutuhkan pemahaman pendamping Bibu secara digital. Namun, di sisi lain tidak semua ibu menggunakan media sosial untuk mencari informasi kesehatan mental remaja sebagai pendamping pengasuhan digital. Sebagaimana penelitian menjelaskan bahwa pengetahuan orang tua mengenai mediasi dan tingkat literasi digital hanya berkontribusi sebesar 5,7% dalam membentuk efikasi pengasuhan digital (Ihsani & Afiatin, 2021). Oleh karena itu, akses terhadap informasi kesehatan mental, tidak menjamin bahwa semua pengguna media sosial memiliki bentuk kesadaran dan kepedulian yang sama terhadap isu tersebut. Pada kenyataannya, masih terdapat kesenjangan dalam pemahaman, minat, serta persepsi orang tua,

khususnya peran ibu dalam pengasuhan informasi digital terkait informasi kesehatan mental pada remaja yang mereka temui di media sosial. Persepsi sendiri merupakan proses memilih, mengatur, dan menginterpretasikan objek, peristiwa, situasi, maupun aktivitas, baik individu atau masyarakat. Proses terjadi saat melakukan pemilihan, pengorganisasian, dan interpretasi, yang merupakan sebuah langkah pertama dalam proses persepsi itu sendiri. Selanjutnya adapun beberapa faktor yang mempengaruhi persepsi, yakni ekspetasi, keterampilan kognitif dan peran sosial dalam masyarakat (Arindita et al., 2024). Sehingga perbedaan usia maupun latar belakang seseorang, terutama dari tiap generasi. Mampu mempengaruhi bagaimana memandang sebuah persoalan peristiwa hidup maupun fenomena kesehatan mental remaja. Adapun 3 penelitian terdahulu yang menjadi sumber referensi dalam penelitian ini. Penelitian pertama berjudul “Children Health Information on Instagram: The Perception of Parents from Y and Z Generation” yang dilakukan oleh (Arindita et al., 2024), Universitas Al-azhar Jakarta, Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui orang tua Gen Y dan Gen Z yang menangani masalah kesehatan anak-anak di Instagram, yang merupakan topik populer di media sosial. ²⁷ Penelitian selanjutnya berjudul ¹ “Literasi Digital Ibu Generasi Milenial Terhadap Isu Kesehatan Anak Dan Keluarga” yang ²⁷ dilakukan oleh (Jati, 2021), Universitas Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan sejauh mana Ibu milenial memahami dan menggunakan teknologi untuk mencari informasi seputar kesehatan anak dan keluarga, termasuk bagaimana menilai, memilih, dan mengolah informasi yang diperoleh berdasarkan pengambilan Keputusan yang tepat. Penelitian lainnya ialah berjudul “Gambaran Parental Mediation Ibu Pada Pengguna Internet Usia Remaja” yang dilakukan oleh (Desiyanthi & Pristinella, 2021), Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana orang tua menerapkan parental mediation pada anak remaja yang aktif menggunakan internet serta faktor-faktor yang memengaruhinya, diperlukan Gambaran yang jelas tentang pendekatan yang digunakan. Berdasarkan 3 penelitian terdahulu, kebaruan penelitian ini berfokus pada kajian

persepsi dalam konteks pengetahuan serta pengalaman literasi digital ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang hanya membahas kesehatan anak secara umum, tanpa fokus isu kesehatan mental. Sehingga penelitian ini akan memadukan kedua aspek tersebut secara spesifik melalui kebiasaan penggunaan media, pengetahuan, pengalaman terkait informasi kesehatan mental remaja. Dengan tingginya penetrasi internet di wilayah perkotaan sebesar 82,18% dengan kontribusi sebesar 69,49% (APJII, 2024). Serta masyarakat perkotaan mulai menyadari akan krusialnya menjaga kesejahteraan, terutama kesehatan mental di tengah kondisi tuntutan maupun tekanan (Rudiansyah & Dewi, 2024). 8 Kondisi tersebut mendorong peneliti untuk menelusuri sejauh mana kemampuan literasi digital ibu kalangan generasi X dan Y daerah JABODETABEK mengenai persepsi kalangan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial

1.2 Rumusan Masalah Berdasarkan latar belakang diatas, bahwasanya penelitian ini memiliki rumusan masalah yaitu “Bagaimana Persepsi Kalangan Ibu Generasi X dan Y Di Daerah JABODETABEK Terkait Informasi Kesehatan

Mental Remaja Di Media Sosial? 1.3 Tujuan Penelitian Berdasarkan rumusan

masalah yang telah dijabarkan, selanjutnya terdapat tujuan penelitian yaitu “Untuk Mengetahui Persepsi Kalangan Ibu Generasi X dan Y Di Daerah JABODETABEK

Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial 1.4 Manfaat Penelitian 1.4

9 1 Manfaat Akademis Dalam hal ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat akademis terkait penggunaan literasi digital kalangan perempuan Indonesia, khususnya ibu generasi X dan Y dalam peran pendamping digital kesehatan mental remaja di media sosial. Selain itu, memperkaya penggunaan konsep dalam konteks komunikasi digital, seperti konsep Uses dalam teori Uses and Gratification dan konsep karakteristik ibu generasi X dan Y. 1.4.2 Manfaat Praktis Selanjutnya adapun manfaat praktis yang diharapkan yakni, mampu memberikan panduan bagi media provider informasi terkait kesehatan mental remaja, pengemasan konten kesehatan 9 mental yang akan ditampilkan masing-masing jenis media sosial. Tujuannya untuk

memahami karakteristik audience yang dijangkau berdasarkan konten yang disebar. 10 BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1 Penelitian Terdahulu Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu No Judul/Penulis/ Tahun Afiliasi Universitas Metode Penelitian Kesimpulan Saran Perbedaan Penelitian 1 Children Health Information on Instagram: The Perception of Parents from Y and Z Generation (Arinditas, Hasna dan Zahradias, 2024) Universitas Al- Azhar Kualitatif Deskriptif Orang tua Generasi Y cenderung menyukai informasi konten dalam bentuk tulisan panjang. Sedangkan Gen Z menyukai informasi dalam bentuk audio- visual. Dikarenakan penelitian ini mewakili orang tua sebagai ibu generasi Y dan Z, maka diharapkan bisa mewakili sebagai ibu generasi lainnya, seperti Generasi X Perbedaan penelitian ini terletak pada persepsi ibu Generasi X dan Y terhadap informasi kesehatan mental remaja di media sosial. 2 Literasi Digital Ibu Generasi Milenial Terhadap Isu Kesehatan Anak Dan Keluarga (Jati, 2021) Universitas Indonesia Digital etnografi Bahwasannya secara keseluruhan ibu milenial memiliki literasi digital pada Tingkat sedang, dipengaruhi oleh minat terhadap isu kesehatan dan pengalaman pribadi. Literasi digital ini juga memengaruhi perilaku Penelitian selanjutnya dapat lebih fokus dengan membandingkan literasi digital antar generasi atau berdasarkan status ekonomi dan Pendidikan. Selain itu, menarik juga untuk meneliti literasi digital dalam kaitannya dengan isu atau fenomena Perbedaan penelitian ini terletak pada pemahaman literasi digital ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja 11 No Judul/Penulis/ Tahun Afiliasi Universitas Metode Penelitian Kesimpulan Saran Perbedaan Penelitian mereka sehari- hari. Selain itu, penelitian tentang penyebaran informasi memperkaya konsep literasi digital ibu. tertentu 3 Gambaran Parental Mediation Ibu Pada Pengguna Internet Usia Remaja (Desiyanti & Pristinella, 2021) Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Kualitatif Penelitian menunjukkan bahwa orang tua menerapkan lima strategi parental mediation, terutama active mediation of internet use dan

internet safety . Selain itu parental mediation juga dipengaruhi oleh 4 faktor, yakni kemampuan orang tua menggunakan internet, perkembangan anak, persepsi control diri anak dan sikap orang tua terhadap internet. Bagi para ibu strategi technical restriction dan monitoring masih jarang dilakukan atau diterapkan pada para ibu. Serta kepada ibu untuk mampu meningkatkan pemahamannya dalam penggunaan internet. Perbedaan penelitian ini terletak pada pemahaman parental mediation dalam penggunaan informasi kesehatan mental remaja di media sosial Sumber: Olahan Peneliti 12 Dari ketiga penelitian terdahulu yang telah dijabarkan di atas sekaligus menjadi acuan peneliti dalam melakukan penelitian ini. Maka dapat ditarik kesimpulan dari perbedaan dan persamaan dalam penelitian ini. **11** Penelitian pertama, sebagai subjeknya yaitu orang tua generasi Y dan Z dan objek penelitiannya informasi kesehatan anak. Sedangkan penelitian ini Ibu Generasi Y dan X sebagai subjeknya dan informasi kesehatan mental remaja di media sosial sebagai objeknya. Penelitian kedua, yakni pemilihan metode menggunakan digital etnografi, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif wawancara. Lalu penelitian ketiga, yakni subjek penelitiannya ibu dari remaja pengguna internet, serta objeknya parental mediation. Sedangkan penelitian ini subjeknya ibu generasi X dan Y. Lalu objeknya informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Sehingga Penelitian selanjutnya lebih fokus memahami persepsi literasi digital ibu generasi X dan Y, terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Sekaligus menindaklanjuti penelitian sebelumnya yang lebih memilih Generasi milenial dan Z. Memperkirakan sejauh mana ibu generasi X dan Y dalam menafsirkan pengetahuan dan pengalaman penggunaan internet terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial.

17 2.2 Teori dan Konsep 2.2 1 Komunikasi Digital Komunikasi digital pada media kini menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari mengubah cara berinteraksi, berkomunikasi, dan mengakses informasi (Widayanthi & Wulandari, 2025). Namun, kemajuan teknologi ini membawa tantangan besar terkait etika, seperti keamanan informasi dan perilaku

pengguna di media sosial. **22** Memahami etika komunikasi digital sangat penting untuk menjaga integritas, kepercayaan, serta keamanan dalam ruang digital yang terus berkembang. Tanpa regulasi yang jelas, data pribadi bisa disalahgunakan, baik untuk kepentingan komersial atau tujuan merugikan lainnya. Oleh karena itu, perlindungan keamanan informasi menjadi bagian ketat dari etika komunikasi digital (Widayanthi & Wulandari, 2025) Dalam perlindungan keamanan informasi, terdapat algoritma pada platform media sosial, yang berperan aktif dalam membentuk individu dalam memahami dan menyebarkan informasi. Penyebaran informasi tersebut memperkuat bias atau polarisasi sosial akibat jenis konten yang hanya ingin dikonsumsi (Widayanthi & Wulandari, 2025). Dalam hal ini, komunikasi digital mendorong transparansi dan mengajak pengguna untuk lebih kritis terhadap informasi yang diterima. **26** Salah satu isu utama adalah penyebaran hoaks dan misinformasi yang bisa berdampak negatif. Oleh karena itu, literasi digital sangat penting agar setiap orang bisa berpartisipasi dengan pemahaman yang lebih baik tentang dampak perilaku digital (Widayanthi & Wulandari, 2025). Menurut Vanwysberghe, bahwasannya literasi digital melihat sebuah kombinasi keterampilan teknis dan kognitif yang diperlukan untuk berinteraksi secara efektif melalui media sosial dan situs web (Jati, 2021). Selain itu dalam konteks literasi media, seseorang perlu mempertimbangkan berbagai aspek saat menerima sebuah informasi. Misalnya seperti apa pengirim pesan, tujuan dibalik pesan tersebut, Teknik persuasif yang digunakan, serta bagaimana pesan itu bisa ditafsirkan atau dimaknai secara berbeda oleh setiap individu. ¹⁴ Menurut Hague, bahwa literasi digital tidak hanya mengacu pada keahlian penggunaan perangkat digital informasi dan komunikasi (Sulianta, 2020). Melainkan ada proses keterlibatan dalam membaca, menulis, dan memahami isi konten. Bahkan dari proses keterlibatann tersebut, mampu memberikan sebuah pengetahuan atau isi konten baru untuk sharing (Sulianta, 2020). Maka secara keseluruhan, literasi digital tidak hanya mencakup kemampuan teknis dalam mengoperasikan perangkat digital dan mengakses media sosial atau situs web, tetapi

juga melibatkan keterampilan kognitif. Seperti memahami, mengevaluasi serta menafsirkan informasi secara kritis. Selain itu, literasi digital juga menekankan keterlibatan aktif dalam membaca, menulis dan membagikan konten. Sehingga individu tidak hanya menjadi konsumen informasi melainkan mampu berkontribusi secara reflektif dalam perkembangan digital. Selanjutnya literasi digital memiliki empat kompetensi yang dikemukakan oleh Gilster, Pertama Internet searching , yakni mengacu pada kemampuan sejauh mana seseorang dapat menggunakan internet secara efektif untuk mencari informasi melalui mesin pencari, sekaligus mampu memilah, menganalisis, dan mengevaluasi informasi tersebut dengan berpikir kritis (Jati, 2021). **13** Lalu kedua Hypertext navigation , yakni mengacu pada kemampuan dalam keterampilan membaca dan memahami hypertext secara interaktif, yang tentu berbeda dengan membaca teks di dalam buku (Jati, 2021). Dalam dunia digital, seseorang perlu memahami cara kerja hypertext dan hyperlink, termasuk bagaimana informasi terhubung di internet. Pemahaman tentang cara kerja web menjadi bagian penting, termasuk konsep bandwidth, HTTP, HTML, dan URL. Tidak hanya itu saja, 15 seseorang perlu mampu menganalisis karakteristik sebuah laman web agar dapat memilah informasi dengan lebih efektif (Jati, 2021). Selanjutnya ketiga Content evaluation , yakni mengacu pada kemampuan berpikir kritis dalam menilai apakah informasi yang ditemukan di internet valid dan lengkap (Jati, 2021). Contohnya seperti memahami konteks serta latar belakang dari sumbernya, dan menyadari siapa yang membuat informasi tersebut. Tidak hanya itu, penting juga untuk bisa mengevaluasi keaslian situs web dengan memahami berbagai jenis domain yang digunakan (Jati, 2021). Terakhir Knowledge assembly , yakni mengacu pada kemampuan cara seseorang mengumpulkan informasi dari berbagai sumber digital, baik yang bersifat fakta maupun opini, lalu memilah, mengolah, dan menyusunnya menjadi pengetahuan yang berguna dalam kehidupan Pendidikan ataupun pekerjaan (Jati, 2021). Dengan begitu, seseorang tidak hanya sekedar menerima informasi mentah, tetapi juga mampu menyaring yang relevan, dan akurat, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari

(Jati, 2021). Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwasannya menghadapi arus komunikasi digital yang semakin kompleks, maka kemampuan literasi digital harus semakin krusial. Semua aspek tersebut, menjadi landasan serta poin penting dalam memilah dan menyaring informasi secara digital. Sehingga tidak hanya memahami, mengevaluasi atau menafsirkan informasi digital konten kesehatan mental remaja saja. melainkan bagaaimana cara ibu berinteraksi, berkomunikasi, dan mengakses informasi isu kesehatan mental remaja di media sosial

16 2.2 **1 5** 2 Teori Uses and Gratification

Teori Uses and Gratification mencakup pada pandangan alasan audiens memilih medium yang digunakan, dari banyaknya pilihan medium untuk mengirim pesan, preferensi individu berdasarkan kebutuhan muncul (Karunia et al., 2021).

2 Menurut Katz (1973) terdapat tiga asumsi yang diaplikasikan dalam teori ini, pertama audiens memiliki banyak pilihan media sesuai kebutuhan dari sudut pandang psikologis dan sosial, kedua media berusaha mengidentifikasi kebutuhan audiens dalam berbagai bentuk, ketiga media bersaing satu sama lain untuk memenuhi kebutuhan audiens. Selanjutnya menurut Griffin menyatakan bahwa terdapat kelompok klasifikasi yang menjelaskan hubungan audiens dengan media berdasarkan teori uses and gratification (Griffin et al., 2019):

1. Passing Time , merujuk kepada penggunaan media sosial hanya dilakukan ketika memiliki waktu luang atau berada disituasi santai dan bosan.
2. Companionship , merujuk kepada penggunaan media sosial dilakukan untuk berbagi informasi degan orang lain seperti membagikan foto maupun video postingan. Selain itu, digunakan sebagai bahan diskusi terkait topik tertentu yang bisa membangun hubungan bersama dengan orang lain.
- 2** 3. Escape , merujuk kepada penggunaan media sosial sebagai definisi dari relaksasi diri, yaitu untuk memiliki waktu sendiri dan melarikan diri dari tekanan suatu masalah.
4. Enjoyment , merujuk kepada penggunaan media sosial sebagai aspek hiburan untuk menemukan sesuatu yang menyenangkan. Contohnya seperti dalam bentuk hiburan 17 berupa membaca humor melalui komentar, menonton video lucu agar bisa tertawa, ataupun bermain game.
5. Social Interaction, merujuk kepada penggunaan media

sosial sebagai wadah untuk bersosialisasi dengan orang lain dengan membentuk interaksi di media sosial. 1 6. Relaxation , merujuk kepada penggunaan media sosial sebagai wadah untuk memberikan kenyamanan, kemudahan dan keuntungan dalam berkomunikasi. 7. Information , merujuk kepada penggunaan media sosial sebagai wadah untuk audiens dalam menelusuri informasi secara up to date . 8. Excitement , merujuk kepada penggunaan media sosial untuk memperoleh audiens mendapatkan sensasi seperti perasaan menyenangkan dari melihat hal atau sesuatu yang dilakukan orang lain di media sosial. Berdasarkan penjelasan diatas, bahwasannya penggunaan konsep uses dalam konteks penelitian ini sebaagai alat bantu konseptual yang digunakan peneliti dalam menganalisis, mengurai dan memahami data yang telah dikumpulkan. Dal hal ini, ibu generasi X dan Y dalam memanfaatkan media dari berbagai kebutuhan spesifik, seperti informasi, relasi sosial, maupun peran sesai dengan karakteristik dan nilai generasional masing-masing individu. Bagaimana perbedaan pola penggunaan media serta literasi digital antar generasi, dapat memengaruhi kebutuhan cara mereka mengakses dan menyeleksi informasi, terutama informasi kesehatan mental remaja di media sosial. 2.2.3 Karakteristik Ibu Generasi X dan Y Saat munculnya teori generasi, masyarakat di dunia ini mulai dikelompokkan dengan berbagai istilah, seperti generasi X, Y, dan Z. Seperti hadirnya premis bahwasannya generasi 18 merupakan sekelompok individu atau orang yang dipengaruhi oleh peristiwa maupun kejadian budaya dan bersejarah yang terjadi selama fase kehidupan mereka sehari-hari (Sutrasna, 2023). Oleh karena itu, nilai, kepribadian maupun perilaku individu merupakan efek dari kejadian historal dan budaya disekitar kehidupan sehari-harinya. Selanjutnya setiap generasi pasti memiliki keunikan ataupun karakterstik yang positif maupun negatif. Terlebih lagi, sebagai generasi X dan Y terkait penggunaan internetnya, secara terbuka perlu mengetahui karakteristik dan nilai yang dimiliki, guna mengetahui jejaring sosial yang biasa digunakan ataupun dimanfaatkan (Sutrasna, 2023). 24 Generasi X (1965-1980) terlahir pada masa awal penggunaan PC

(Personal Computer), video games, tv kabel dan internet. Bahkan ciri-cirinya pun sebagai generasi yang tangguh, pekerja keras, mandiri, dan loyal (Sutrasna, 2023). Adapun beberapa karakteristik Generasi X menurut Elmore, pertama mampu beradaptasi dengan teknologi, kedua bersifat individual, ketiga cukup fleksibel, dan terakhir menghargai keseimbangan (Sutrasna, 2023). 19

Generasi Y (1981-1995) tumbuh dengan masa teknologi komunikasi instan, seperti email, SMS, adanya social media seperti facebook dan twitter. Ibarat kata Generasi Y tumbuh bersamaan dengan internet yang super booming (Sutrasna, 2023). Selain itu terdapat ciri-ciri generasi Y, yakni sangat terbuka dengan pola komunikasi yang berkembang dibandingkan generasi sebelumnya, lalu penggunaan sosial media yang cukup fanatik, dikarenakan terpengaruh oleh perkembangan digital teknologi. Adapun karakteristik yang membentuk esensinya, yakni saat tumbuh dewasa, generasi Y cenderung berubah menjadi karakter yang bersemangat ketika melakukan Kerjasama secara berkelompok. Bahkan pada masa tua, generasi Y akan menjadi orang tua yang memberi kontribusi berupa kritikan yang terjadi di kehidupan sosial masyarakatnya (Sutrasna, 2023). 17

Menurut Marc Prensky mengemukakan bahwa individu yang lahir dan tumbuh setelah tahun 1980 termasuk dalam kelompok digital natives.

Kelompok tersebut pada umumnya memiliki keterampilan yang tinggi dalam menggunakan teknologi secara cepat dan efisien. Sebaliknya yang lahir sebelum tahun 1980 disebut sebagai digital immigrants (Sari G., 2018). Kelompok tersebut lebih akrab dengan metode media pembelajaran secara tradisional dan cenderung tidak menggunakan teknologi secara praktis. Meskipun ada istilah pengelompokan tersebut, diantaranya masih mampu menyesuaikan dengan perkembangan teknologi walau proses adaptasi yang berbeda. Dikarenakan fokus utamanya Prensky pada bidang Pendidikan, maka istilah yang ia ciptakan lebih diarahkan untuk memahami bagaimana generasi baru belajar dan berkembang melalui teknologi (Sari G., 2018). Berdasarkan penjelasan diatas, bahwasannya perbedaan kelompok usia tertentu membentuk persepsi dan perilaku dari pengalaman historis dan budaya yang dialami selama masa pertumbuhan. Dalam konteks penelitian

ini, Generasi X (1965- 1980) dan generasi Y (1981-1995) yang memiliki karakteristik serta latar belakang sosial dan teknologi yang berbeda. Hal tersebut memengaruhi cara pandang isu-isu dalam kehidupan termasuk kesehatan mental remaja. Perbedaan tersebut berpengaruh terhadap bagaimana Ibu dari kedua generasi mengakses, memahami dan menanggapi informasi terkait kesehatan mental remaja. Dengan demikian memahami persepsi ibu Generasi X dan Y terkait informasi digital kesehatan mental remaja tidak hanya secara teoritis, melainkan praktis dalam upaya menangani isu kesehatan mental yang efektif dan inklusif bagi ibu dan anak remaja.

20 2.2.4 Media Sosial Media sosial adalah jenis komunikasi elektronik yang menggunakan internet untuk berbagi ide, emosi, informasi, pesan pribadi, dan konten lainnya dalam format seperti teks, video, dan meme (Yasir, 2020). Dalam praktik dan pengembangan penyebaran konten, media sosial menghadapi era baru yang dikenal sebagai "pasca-kebenaran" atau "post-truth ". Tidak ada kebenaran baru di era pasca-kebenaran ini. Sebaliknya, itu adalah era pemuasan keyakinan di mana aspek rasional dan objektif manusia seolah-olah memungkinkan emosi atau hasrat untuk mendukung apa yang dianggap benar, meskipun kenyataannya menunjukkan sebaliknya (Yasir, 2020). Dalam hal ini, media sosial memainkan peran penting dalam berkembangnya era post-truth karena mereka memungkinkan publik untuk bereaksi akibat dorongan keyakinan individu dan bujukan emosional yang menyebar secara cepat dan massif (Yasir, 2020). Akibatnya, kebanyakan masyarakat kesulitan untuk berpikir kritis dan mengambil sikap kritis. Fakta bahwa konten yang membujuk menggunakan emosi lebih banyak daripada logika ini menyebabkan opini masyarakat terbangun tanpa dasar kebenaran yang objektif (Yasir, 2020). Dalam konteks penelitian ini, Mengenai cara pandang generasi X dan Y dalam menerima informasi di media sosial, terdapat perbedaan platform yang paling berpengaruh, yaitu data menunjukkan bahwa Instagram memiliki intensitas penggunaan tertinggi (32.90%), dibandingkan Whatsapp (25.00%), Facebook (21.10%), Twitter/X (9.20%), Youtube (6.50%), dan Tiktok (5.30%) (Isamuddin, Nugraha, &

Fathun, 2021). Namun data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, menunjukkan bahwa platform media sosial yang paling sering digunakan oleh 21 generasi X adalah Facebook (66,30%), begitupun generasi Y urutan pertama platform yang paling sering digunakan Facebook (74,09%) (APJII, 2024). Perbedaan data tersebut mendorong peneliti untuk memperdalam kebiasaan penggunaan media sosial dari perspektif generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Adapun menurut Kaplan dan Haenlin (2010) terdapat enam jenis yang dikategorikan sebagai Media Sosial (Karunia et al., 2021): 1. Proyek kolaborasi, dalam hal ini pengguna dapat mengubah, menambah, atau membuang konten yang ada di website, contohnya seperti Wikipedia. 2. Blog dan Microblogs, dalam hal ini pengguna memiliki kebebasan untuk mengungkapkan apa pun di blog akun mereka, termasuk perasaan, pengalaman, bahkan kritik, contohnya seperti Twitter atau X. 3. Konten dan isi, dalam hal ini pengguna berbagi konten multimedia seperti buku, video, foto, gambar, dan situs web, contohnya seperti Instagram, Tiktok, YouTube. 4. Situs Jaringan sosial, dalam hal ini pengguna dapat terkoneksi dengan mengumpulkan data kelompok, pribadi, atau sosial sehingga orang lain dapat terhubung atau mengaksesnya, seperti Facebook. Selanjutnya menurut McQuil (1987) terdapat empat alasan audiens menggunakan media sosial, diantaranya ialah (Karunia et al., 2021): 1. Media sosial digunakan sebagai efek hiburan, yang dimana audiens merasakan perasaan senang, santai seolah-olah menghindari dari permasalahan yang sedang dihadapi pada saat itu. 2.2 Media sosial digunakan sebagai kebutuhan sehari-hari untuk mendapatkan informasi mengenai peristiwa yang saat itu sedang terjadi. Sebagai contoh, audiens membaca informasi di media sosial secara real-time. 3. Media sosial digunakan sebagai membangun hubungan dengan orang lain untuk berinteraksi di media sosial.

1 Sebagai contoh, audiens memberikan reaksi di kolom komentar dengan pengguna lainnya untuk menciptakan interaksi dengannya. Berdasarkan penjelasan diatas, maka fokus penelitian adalah untuk melihat bagaimana persepsi ibu generasi X dan Y melihat paparan informasi kesehatan mental remaja yang

tersebar melalui YouTube, Instagram, TikTok, dan Facebook. Pilihan ini juga membantu peneliti memfokuskan ruang lingkup observasi agar tetap relevan dengan dinamika digital yang dihadapi remaja serta dampaknya terhadap persepsi orang tua mereka. Pembatasan pada empat media sosial tersebut bertujuan untuk memperjelas ruang lingkup penelitian serta menjaga fokus dalam menganalisis persepsi informan terhadap paparan informasi kesehatan mental di media sosial.

2.2.5 Persepsi Menurut Wood, persepsi bukan sekedar menerima informasi secara pasif, melainkan adanya proses aktif dimana kita memilih, mengatur, dan menafsirkan berbagai hal di sekitar, seperti objek, peristiwa, orang, situasi maupun aktivitas (Griffin et al., 2019). Ibaratnya, sebagai individu tidak hanya menyerap apa yang ada di dunia luar begitu saja, tetapi secara sadar menentukan apa yang ingin kita perhatikan. Lebih lanjut dalam proses tersebut, terdapat 3 langkah utama, yakni memilih apa yang dianggap penting, mengorganisasikan informasi yang 23 diterima, lalu menginterpretasikannya sesuai dengan pengalaman dan pemahaman masing-masing (Arindita et al., 2024). Menurut Rakhmat dalam memahami makna dari informasi yang diterima oleh Indera tidak hanya bergantung pada sensasi itu sendiri (Arindita et al., 2024). Makna didasari oleh suatu objek, peristiwa, maupun hubungan informasi yang diterima dan diinterpretasikan. Sedangkan sensasi merupakan salah satu aspek dalam proses persepsi. Maka secara tidak langsung terjadi proses yang juga dipengaruhi oleh perhatian (atensi), harapan (ekspektasi), dan dorongan (motivasi) pada diri seseorang (Arifin, Fuady, & Kuswarno, 2017). Sehingga pada intinya, Persepsi dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti, objek, peristiwa, hubungan informasi, situasi yang kita terima dan tafsirkan. **30** Bagaimana cara pandang seseorang berusaha menentukan, mengapa kita memilih suatu pesan dan mengabaikan pesan yang lainnya. Terdapat proses yang bersifat kompleks, dimana atensi, ekspektasi, dan motivasi seseorang seringkali ikut membentuk cara dalam menangkap dan mengartikan sebuah informasi. Proses kompleks tersebut terkait bagaimana pesan yang masuk ke otak dan apa yang terjadi di luar, dapat sangat

berbeda dari apa yang di terima ke otak. Sehingga sangat penting untuk memahami tiga tahap yang terlibat dalam proses persepsi. Ketiga tahapan tersebut tidak ada satu pun terpisah, melainkan, berinteraksi satu sama lain dan bercampur aduk (Hasanuddin & Syarif, 2022) : 1. Terjadinya Stimulasi Indra, dengan tahap awal berupa alat indra dirangsang atau distimulasi. Salah satu bentuknya ialah seperti mendengarkan suara musik, melihat orang yang telah lama tidak berjumpa, atau menghirup aroma bunga disekitar lingkungan. 2. Stimulasi Terhadap Indra Diatur, sebagai tahap selanjutnya dengan mengandalkan prinsip atau keyakinan mengatur stimulasi indra. Misalnya prinsip proksimitas (proximity) atau kedekatan, membuat objek yang berdekatan dipersepsikan sebagai satu kesatuan (unity). Sedangkan prinsip kelengkapan (closure), mendorong individu melengkapi bentuk yang tidak sempurna terlihat utuh. 3. Stimulasi alat indra ditafsirkan-dievaluasi, merupakan tahap terakhir dalam proses perseptual, yang dimana kedua aspek tidak dapat dipisahkan. Penafsirann bersifat subjektif, yang tidak hanya dipengaruhi oleh rangsangan eksternal, tetapi juga oleh kebutuhan, keinginan, nilai, keyakinan, serta kondisi fisik dan emosional individu. 21 Selanjutnya menurut Toha dalam terdapat 2 faktor yang mempengaruhi persepsi yakni faktor internal dan eksternal (Arifin , Fuady, & Kuswarno, 2017). Faktor internal seperti perasaan, sikap serta kepribadian yang terbentuk dari pengalaman hidup, kondisi fisik dan kesehatan mental, nilai-nilai yang dianut. Faktor eksternal seperti latar belakang keluarga, tingkat intensitas dan ukuran terhadap suatu hal, keberlawanan atau pertentangan yang muncul. Sehingga dalam konteks persepsi ibu terkait isu kesehatan mental, dapat dilihat dari cara individu merespons informasi sangat bergantung pada karakteristik demografis, termasuk usia, pendidikan, dan lingkungan sosial. Hal tersebut membuat setiap kelompok memiliki pemahaman dan reaksi yang berbeda terhadap pesan yang diterima secara personal maupun sosial. Kondisi tersebut, akan membentuk cara pandang pengalaman dan pengetahuan terkait informasi digital kesehatan mental remaja di media sosial. 25 2.2.6

Informasi Kesehatan Mental Remaja Dilansir dari magdalene.co (2023), data dari Queensland Centre for Mental Health Research bahwasannya 15,5 juta anak muda atau remaja di Indonesia mengalami permasalahan berupa kesehatan mental. Masa remaja adalah fase yang khas, di mana pergeseran fisik, emosional, serta sosial terjadi, dan faktor-faktor seperti kemiskinan, pelecehan, atau kekerasan dapat membuat remaja lebih rentan terhadap isu kesehatan mental (Daulay, 2023). Masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan telah ditetapkan berkontribusi 16% terhadap beban penyakit global yang dialami oleh 1,2 miliar remaja di seluruh dunia berusia 10 hingga 19 tahun. Gangguan mental lain yang sering muncul pada remaja adalah gangguan perilaku, yang umumnya lebih banyak ditemukan pada remaja yang lebih muda ketimbang yang lebih tua (Daulay, 2023). Beberapa gangguan yang sering terjadi termasuk ADHD (gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas) dan conduct disorder, yang dapat berdampak pada pendidikan remaja dan berpotensi menyebabkan perilaku kriminal. Di samping itu, remaja mulai terlibat dalam berbagai perilaku yang berisiko bagi kesehatan, seperti penggunaan narkoba, perilaku seksual, konsumsi alkohol, atau tindakan kriminal (Daulay, 2023). Perilaku-perilaku yang berisiko ini merupakan cara penyelesaian masalah yang tidak sehat dan sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan fisik remaja. Mengingat adanya variasi informasi mengenai kesehatan mental remaja, pemenuhan kebutuhan remaja akan kesehatan mental menjadi hal yang sangat krusial untuk dipenuhi (Daulay, 2023). Undang-Undang Nomor 26 Tahun 2009 menetapkan bahwa setiap orang berhak atas pelayanan kesehatan yang aman, berkualitas, lingkungan yang sehat untuk mencapai derajat 26 kesehatan, serta informasi tentang data kesehatan. Yakni termasuk tindakan dan pengobatan yang telah dan akan diberikan oleh tenaga kesehatan (Rasyid, 2021).

12 Pada dasarnya kesehatan merupakan hak asasi manusia dan komponen kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia yang digambarkan dalam Undang- Undang dan Pancasila. Yang dimana seseorang sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga

mereka dapat hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Rasyid, 2021). 7 Oleh karena itu dalam ruang lingkup komunikasi, yang dimana mencakup penyebaran pesan dan pengaruh pada proses pengambilan keputusan yang berkaitan dengan peningkatan dan pengelolaan kesehatan oleh individu maupun komunitas masyarakat (Rasyid, 2021). Selain itu, komunikasi terkait kesehatan mental juga mencakup kegiatan yang menyebarluaskan informasi tentang kesehatan kepada masyarakat, yang bertujuan untuk mendorong perilaku hidup sehat, meningkatkan kesadaran, mengubah sikap, dan mendorong orang untuk mengedepankan kesehatan, salah satunya seperti kesehatan mental (Rasyid, 2021).

27 2.3 Kerangka Berpikir 28 Peningkatan kasus kesehatan mental di kalangan remaja Indonesia Komunikasi Digital Wawancara Kualitatif Persepsi kalangan ibu generasi X dan Y daerah JABODETABEK terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial Kesenjangan antargenerasi dalam memahami kesadaran informasi kesehatan mental di media sosial Peran ibu dalam perkembangan karakteristik remaja Bagaimana persepsi kalangan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial? Teori Uses and Gratification Media Sosial Persepsi Informasi Kesehatan Mental Remaja Karakteristik Ibu Generasi X dan Y Gambar 2.

1 Kerangka Berpikir Penelitian ini membahas mengenai adanya peningkatan kasus kesadaran kesehatan mental remaja selama lima tahun terakhir, dengan kondisi sekitar 13 juta remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Hal tersebut menjadi isu penting yang tidak hanya melibatkan pada remaja saja, melainkan keterlibatan aktif dari lingkungan sekitar, khususnya pada peran ibu dalam pendamping keluarga. Dalam konteks penelitian ini, peran ibu menjadi fundamental secara kultural dan sosial, dikarenakan ibu identik dengan figur utama dalam pengasuhan dan pendamping psikologis tumbuh kembang anak remaja. Namun di sisi lain, kemajuan dalam teknologi serta media digital, terutama media sosial, telah mengubah cara individu dalam memperoleh informasi. Topik-topik mengenai kesehatan mental kini sering dibahas di berbagai platform digital, menjadikan media sosial sebagai salah satu saluran utama untuk

penyebaran informasi. Tetapi tidak semua informasi yang beredar dapat dianggap valid atau telah diverifikasi sesuai dengan standar medis maupun akademis. Hal ini dapat berpengaruh pada pemahaman ibu dalam menghadapi masalah kesehatan mental anak remaja. Penelitian ini berfokus pada cara pandangan ibu mengenai informasi kesehatan mental remaja di platform media sosial, dengan perhatian khusus pada dua kelompok generasi. Generasi X (1965–1980) dan Generasi Y atau Milenial (1981–1996). Pemilihan kedua generasi ini didasarkan pada perbedaan dalam cara mereka menggunakan media, yang berpotensi berpengaruh pada cara mereka mengevaluasi informasi secara digital. Untuk memahami perspektif para ibu dari kedua generasi ini, studi ini mengaplikasikan konsep Uses dari teori Uses and Gratification. Teori ini menganggap bahwa individu berperan 29 sebagai pengguna media yang aktif dan memiliki tujuan tertentu saat memilih serta mengakses konten media. Dalam hal ini, ibu yang berasal dari generasi X dan Y diasumsikan memanfaatkan media sosial dengan maksud yang beragam, seperti untuk mendapatkan informasi, mengenali perilaku anak-anak, atau mencari dukungan secara emosional. Teori ini memberikan wawasan mengenai bagaimana kebutuhan individu, latar belakang generasi, serta keterampilan media memengaruhi pandangan terhadap informasi yang diterima. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode wawancara kualitatif, untuk memahami bagaimana setiap informan memaknai, mengevaluasi, dan bereaksi terhadap informasi kesehatan mental remaja yang mereka temui di platform media sosial. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menangkap pemahaman secara mendalam. Oleh karena itu, kerangka berpikir ini dirancang untuk mengikuti alur permasalahan kesehatan mental remaja, pentingnya peran ibu dalam menangani informasi, dampak generasi terhadap pengalaman digital, serta cara pemahaman terhadap motif penggunaan media dan persepsi informasi dapat dianalisis melalui konsep. 8 30 BAB III

METODE PENELITIAN 3.1 Pendekatan Penelitian Paradigma merupakan sudut pandang individu terhadap penelitian dengan konsep dan prinsip dasar yang menginterpretasikan hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian (Fadilla, 2023).

Dalam suatu pandangan yang menekankan betapa pentingnya pengamatan atau objektivitas dalam menemukan suatu pengetahuan dan realitas ialah dapat dikatakan sebagai konstruktivisme (Fadilla, 2023). Sehingga penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme yakni menjelaskan bagaimana pemahaman realitas dapat dimaknai oleh pengalaman sosial dan pribadi. Dikutip dari Sukmawita (2023) terdapat dua pendekatan utama dalam menggunakan paradigma konstruktivisme. Konstruktivisme Kognitif ialah Pendekatan yang menjelaskan bahwa manusia secara aktif membangun pengetahuan dengan cara berpikir, mengamati, memahami, serta mengelompokkan, dan membentuk konsep. Salah satu contoh yang terkenal dari pendekatan ini adalah teori perkembangan kognitif Jean Piaget, yang melihat bahwa anak-anak sebagai pembangun pengetahuan diri mereka sendiri melalui berbagai tahap perkembangan kognitif. Selanjutnya Konstruktivisme Sosial ialah Pendekatan yang menyoroti betapa pentingnya interaksi sosial dalam membentuk pengetahuan. Salah satu teori yang terkenal adalah teori perkembangan Lev Vygotsky, yang menjelaskan bahwa seseorang belajar lewat interaksi dengan orang lain (Sukmawita, 2023). Contohnya seperti guru, teman, atau lingkungan sekitar. Proses ini disebut “ zone of proximal development ”, yang dimana 31 seseorang mendapat bimbingan agar bisa memahami sesuatu dengan lebih baik (Sukmawita, 2023). Berkaitan dengan penjelasan diatas, sehingga kerangka bekerja penelitian ini berupaya untuk memahami serta menjelaskan bagaimana hubungan antara kesadaran literasi digital ibu Generasi X dan Y dengan digital parental mediation isu kesehatan mental remaja di media sosial. Dengan kata lain, mengungkap sejauh mana pengalaman sosial dan pribadi ibu generasi X dan Y terkait informasi digital kesehatan menta remaja di media sosial. Bagaimana hal tersebut bisa berdampak pada digital parental mediation terkait masalah kesehatan mental, khususnya di usia remaja.

3.2 Metode Penelitian

Melalui metode pengumpulan data secara kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai suatu fenomena. Adapun menurut Mahanit dalam (Sulistyo, 2023), beberapa langkah yang perlu dilakukan dalam penelitian kualitatif,

yaitu menemukan permasalahan dengan berupaya mengidentifikasi isu atau topik yang akan diteliti. **33** Melakukan studi literatur dengan mempelajari penelitian-penelitian sebelumnya untuk memahami konteks dan teori yang relevan. Menentukan lokasi penelitian dalam memilih tempat yang sesuai untuk mendapatkan data yang dibutuhkan. Selanjutnya melakukan studi pendahuluan, yakni berusaha mengumpulkan informasi awal untuk memperdalam pemahaman tentang fenomena yang diteliti. **4 20** Menetapkan metode pengumpulan data dengan menggunakan berbagai teknik seperti observasi, wawancara, analisis dokumen, maupun diskusi terarah (Sulistyo, 2023). Menganalisis data selama penelitian, yakni berusaha mengolah dan memahami data yang diperoleh secara bertahap selama proses penelitian berlangsung. Menganalisis 32 data setelah validasi dengan cara melakukan analisis lanjutan setelah memastikan data yang diperoleh valid dan dapat dipercaya. Terakhir menyusun hasil penelitian, dengan menyajikan hasil dalam bentuk narasi, cerita, deskripsi mendalam, atau tabel frekuensi agar lebih mudah dipahami (Sulistyo, 2023).

Berdasarkan penjelasan di atas, bahwasannya penelitian ini telah menemukan faktor permasalahan terkait topik yang akan diteliti ialah Literasi digital kesehatan ibu di Indonesia masih rendah. Lalu melakukan studi pendahuluan dengan mencantumkan 3 penelitian terdahulu yang relevan, seperti persepsi informasi kesehatan ibu gen Y dan Z, literasi digital ibu milenial terhadap isu kesehatan anak serta keluarga, dan Gambaran parental mediation pada ibu pengguna internet usia remaja. Selanjutnya menetapkan untuk melakukan metode pengumpulan data dengan teknik wawancara bersama ibu generasi X dan Y, yang memiliki anak remaja usia 10-18 tahun. Dikarenakan peneliti ingin memahami topik secara mendalam mengenai persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Nantinya peneliti mengumpulkan data narasi yang diucapkan oleh informan selama sesi wawancara. Lalu berusaha men-screening ulang secara mendalam, dengan cara mendengarkan rekaman voice over atau screen record . Dan tercantum ke dalam transkrip wawancara agar lebih mudah dipahami. 3.3 Informan Dalam penelitian kualitatif,

setiap masyarakat memiliki karakteristik yang berbeda-beda, sehingga pendekatan yang digunakan dalam penelitian kuantitatif tidak dapat diterapkan secara langsung pada penelitian kualitatif (Ulfatin, 2022). Dalam 33 pendekatan kuantitatif, sampel dipilih untuk mewakili populasi agar hasilnya dapat digeneralisasi. Sementara itu, dalam penelitian kualitatif, sampel dipilih secara purposive, yakni berdasarkan kemampuan individu dalam memberikan informasi yang beragam dan akurat sesuai dengan fokus penelitian. Oleh karena itu, penelitian kualitatif lebih sering menggunakan istilah informan atau subjek penelitian daripada sampel (Ulfatin, 2022). Informan penelitian adalah individu yang dianggap memiliki pengetahuan yang dapat dipercaya mengenai fenomena yang sedang diteliti. Karena realitas sosial pada dasarnya bersifat kompleks, unik dan beragam, maka pemilihan informan yang tepat sangat penting agar peneliti mendapatkan informasi yang relevan dan tidak mengalami kejenuhan data (Ulfatin, 2022). Namun dari sekian banyak informan yang dipilih, peneliti juga harus menentukan informan sebagai individu yang memiliki pengetahuan luas dan mendalam tentang fenomena yang sedang diteliti serta mampu menyampaikan informasi secara jelas (Ulfatin, 2022). Pemilihan informan sebagai sumber utama dalam menggali pemahaman yang lebih dalam tentang topik penelitian persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi digital kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, informan yang dipilih ialah: 1. Kalangan Ibu Generasi X dan Y 2. Memiliki anak remaja usia 10-18 tahun 3. Area Perkotaan JABODETABEK Alasan peneliti menentukan 3 informan yang dipilih, yaitu kriteria pertama menggunakan informan berdasarkan indikator dari Oblinger (2005) kalangan ibu Generasi X lahir sekitar tahun 1965-1980 dan Y lahir sekitar tahun 1981-1995. Kriteria kedua berdasarkan indikator dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yaitu ibu generasi X dan Y yang memiliki anak usia 10-18 tahun. Kriteria ketiga, berdasarkan indikator dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) sebagai area perkotaan dengan tingkat penetrasi internet sebesar

82,18% di Indonesia. Pengambilan kriteria informan menggunakan Teknik purposive, yang menunjukkan dua kelompok generasi X (1965-1980) dan ibu generasi Y (1981-1996), dengan mempertimbangkan karakteristik usia, peran sebagai ibu dari anak remaja, dan pola konsumsi media yang dari masing-masing generasi. Ibu generasi X umumnya berkembang dalam era media tradisional dan cenderung mempunyai pendekatan lebih konservatif dan skeptis terhadap informasi di media sosial. Dalam konteks kesehatan mental remaja, ibu generasi X memandang istilah atau ruang lingkup dengan penyakit medis. Sedangkan, ibu generasi Y menunjukkan adanya keterbukaan pada sumber informasi kesehatan mental remaja, seperti mengaitkannya dengan problem psikologis kehidupan keseharian. Kedua kelompok tersebut dipilih karena memiliki kesamaan yakni aktif dalam penggunaan media sosial Instagram, Tiktok, Youtube, Facebook, yang memiliki anak remaja 10-18 tahun. Dengan membandingkan persepsi kedua generasi, penelitian ini dapat memperoleh gambaran terkait informasi kesehatan mental remaja dalam konteks penggunaan media sosial. Penelitian ini di fokuskan pada ibu yang tinggal di daerah JABODETABEK. Hal tersebut didasari pada data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, menunjukkan bahwa tingkat penetrasi internet di Indonesia mendominasi oleh wilayah perkotaan sebesar 82,18% dengan kontribusi sebesar 69,49% (APJII, 2024). Data ini diperkuat juga oleh temuan bahwa masyarakat perkotaan mulai menyadari akan krusialnya menjaga kesejahteraan, terutama kesehatan mental di tengah kondisi tuntutan maupun tekanan (Rudiansyah & Dewi, 2024). Kondisi 35 tersebut mendorong peneliti untuk menelusuri sejauh mana kemampuan literasi digital ibu kalangan generasi X dan Y daerah JABODETABEK terkait informasi kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial.

5 35 3.4 Teknik Pengumpulan data 1. 10 23 Data Primer Data primer merupakan proses pengambilan data yang dilakukan dan dikumpulkan langsung oleh peneliti (Sulistyo, 2023).

Sebagai contoh, peneliti secara langsung melakukan proses turun langsung kelapangan secara wawancara, sebar kuesioner ataupun eksperimen. Langkah tersebut menjadi langkah penting untuk memahami sebuah fenomena

secara mendalam dan akurat. **28** Adapun 4 teknik utama yang sering digunakan oleh para peneliti dalam melakukan sebuah pengumpulan data. Yakni wawancara, observasi, dokumen dan audio-visual (Sulistyo, 2023). **15** Dalam hal ini, wawancara merupakan proses komunikasi antara peneliti dengan informan (subjek penelitian) dengan melakukan sesi tanya jawab untuk mengumpulkan informasi ataupun data (Sulistyo, 2023). Pada hakikatnya, wawancara bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam mengenai suatu topik atau isu dalam penelitian. Adapun 3 jenis wawancara yang biasanya dilakukan. Pertama wawancara struktur, yakni peneliti sudah mengetahui jelas informasi apa yang ingin diperoleh. Biasanya, peneliti telah menyiapkan daftar pertanyaan atau pedoman wawancara yang telah disusun sebelumnya, dengan tujuan agar data yang didapatkan terarah dan sistematis (Sulistyo, 2023). Kedua wawancara semi struktur, yakni termasuk dalam kategori in-depth interview, dengan tujuan menggali suatu permasalahan secara lebih 36 terbuka. Biasanya, dalam prosesnya informan diberi kebebasan untuk mengungkapkan ide atau pendapat sehingga secara alami berkembang sesuai arah pembicaraan (Sulistyo, 2023). Ketiga wawancara tidak terstruktur, yakni peneliti tidak menggunakan daftar pertanyaan atau pedoman wawancara. Sebagai gantinya peneliti hanya memiliki gambaran umum secara garis terkait hal-hal yang ingin ditanyakan (Sulistyo, 2023). Dikarenakan tujuan pengumpulan data peneliti untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam mengenai topik persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi digital kesehatan mental remaja. **34** Maka teknik pengumpulan data primer yang paling tepat adalah menggunakan wawancara. Yakni berlandaskan pada alat ukur yang digunakan pedoman wawancara. Peneliti akan melakukan proses wawancara bersama informan sejumlah satu kali dari setiap informan yang dipilih. **25** Peneliti melakukan sesi tanya jawab dalam bentuk offline atau tatap muka secara langsung. Selain itu, peneliti melakukan perekam suara atau voice note saat berlangsungnya proses wawancara tatap muka.

2. Data Sekunder Data sekunder merupakan data yang telah tersedia sebelumnya atau yang sudah dilakukan oleh peneliti lainnya, dan dapat dimanfaatkan Kembali untuk penelitian baru

atau berbeda (Rahman, 2022). Sebagai contoh, suatu data yang awalnya tergolong data primer, dapat berubah menjadi data sekunder, ketika digunakan Kembali dalam konteks penelitian lain. 31 Dokumen tersebut bisa berbentuk tulisan, gambar, maupun karya berharga yang dibuat oleh seseorang (Sulistyo, 2023). Dalam proses ini, dokumen bisa menjadi sumber penting untuk melengkapi data yang 37 diperoleh dari observasi dan wawancara. Selain itu, dokumen dapat berasal dari sumber publik maupun pribadi. Contohnya kalau publik (situs web, jurnal penelitian, surat kabar, arsip perpustakaan, risalah rapat terkait memorandum resmi dll). Sedangkan pribadi berupa (jurnal harian, buku harian, surat pribadi, dll) (Sulistyo, 2023). Selaras dengan penjelasan diatas, data sekunder dalam penelitian ini adalah, pemilihan pengelompokan data generasi X dan Y oleh oblinger (2005). Situs web data usia remaja 10-18 tahun dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. indikator dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) sebagai area perkotaan dengan tingkat penetrasi internet sebesar 82,18% di Indonesia. 3.5 Metode Pengujian Data Dalam hal ini, terdapat berbagai teknik dan strategi yang digunakan oleh peneliti untuk memastikan bahwa penelitian kualitatif yang dilakukan memiliki tingkat valid yang tepat. Dengan menerapkan Teknik atau metode yang akurat, peneliti dapat memastikann bahwa hasil penelitian dapat diandalkan dan valid. Selanjutnya terdapat empat kriteria utama dalam menguji kualitas data pada penelitian kualitatif yakni (Mehta, 2024): 1. Credibility : Dalam hal ini, penelitian mengacu pada seberapa akurat hasil temuan mencerminkan pengalaman, perspektif, serta makna yang dirasakan oleh peneliti (Mehta, 2024). Dengan kata lain, semakin akurat temuan penelitian dalam menggambarkan realitas yang dialami, semakin tinggi Tingkat kredibilitasnya Untuk membangun kredibilitas, peneliti harus memastikan bahwa hasil yang 38 diperoleh dapat dipercaya keasliannya. Salah satu cara utama untuk meningkatkan kredibilitas ialah dengan melakukan keterlibatn yang mendalam dan observasi cukup lama di lapangan (Mehta, 2024). Oleh karena itu, hasil penelitian tidak hanya

akurat tetapi juga mencerminkan realitas yang sebenarnya, sehingga meningkatkan kredibilitas temuan yang dihasilkan. 2. Dependability : Dalam hal ini, penelitian mengacu pada seberapa konsisten dan stabil temuan penelitian dari waktu ke waktu serta dalam berbagai situasi (Mehta, 2024). Salah satu cara untuk meningkatkan pengujian data ini, adalah dengan menyusun jejak audit, yakni catatan rinci mengenai seluruh proses penelitian. Seperti, memo analitis, skema pengkodean, catatan pengkodean dan sebagainya. Atau meminta umpan balik dari rekan peninjau eksternal, guna mendapatkan sudut pandang baru, validasi temuan, serta menyempurnakan analisis dan interpretasi data (Mehta, 2024). Sehingga penelitian ini menjadi lebih akurat, terpercaya, dan berkualitas tinggi. 3. Confirmability : Dalam hal ini, penelitian mengacu pada sejauh mana temuan penelitian bersifat objektif, netral, dan tidak dipengaruhi oleh bias atau prasangka peneliti (Mehta, 2024). 4 Confirmability bertujuan untuk memastikan bahwa hasil penelitian didasarkan pada data yang diperoleh, bukan pada opini atau interpretasi subjektif peneliti. Selama proses ini, peneliti harus kritis mengevaluasi nilai, asumsi, perspektif pribadinya, serta refleksi secara sadar akan potensi bias yang mungkin memengaruhi hasil penelitian dan berupaya meminimalkannya. Salah satu caranya ialah melalui peer review , yakni meminta partisipan penelitian untuk meninjau dan mengonfirmasi keakuratan interpretasi serta kesimpulan yang dibuat 39 peneliti. Dengan memasukkan umpan balik partisipan dan menjaga objektivitas penelitian, akan menghasilkan temuan yang lebih kredibel, percaya hingga memperkuat konfirmabilitas secara keseluruhan (Mehta, 2024). 18 4. Transferability : Dalam hal ini, penelitian mengacu pada sejauh mana hasil penelitian dapat diterapkan atau disesuaikan dengan situasi atau konteks lain (Mehta, 2024) . Yang dimana lebih menekankan pemahaman mendalam dengan memberikan Gambaran yang kaya dan kontekstual mengenai fenomena yang diteliti. Peneliti perlu menyajikan deskripsi yang jelas dan detail tentang latar penelitian, karakteristik partisipan serta metode yang digunakan (Mehta, 2024). Berdasarkan penjelasan diatas, teknik pengujian data dilakukan untuk

memastikan alat ukur sifatnya valid. Dari berbagai cara yang telah dipaparkan diatas, bahwasannya confirmability paling relevan dengan tujuan penelitian ini untuk mengetahui persepsi ibu generasi X dan Y terhadap Informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Teknis pelaksanaan yang dilakukan ialah melalui peer review bersama dengan tiap informan. Peneliti meminta partisipan penelitian yaitu informan untuk meninjau dan mengonfirmasi keakuratan interpretasi serta kesimpulan yang dibuat oleh peneliti pada tahap transkrip. Hal tersebut bertujuan agar dapat mengukur sejauh mana hasil penelitian bersifat obyektif selama proses penelitian dilakukan. 3.6 Metode Analisis Data Coding merupakan proses utama dalam menyusun teori berdasarkan data yang dikumpulkan (Riasnugrahani & Analya, 2023). Melalui coding, peneliti dapat mengembangkan kerangka teori dengan menghubungkan konsep-konsep yang awalnya 40 tampak terpisah. Proses tersebut membantu dalam menganalisis data dari responden dengan memperimbangkan berbagai aspek, seperti “Apa dan bagaimana yang mereka lakukan? atau “alasan dan interaksi apa yang mereka lakukan di balik tindakan tersebut? dalam konteks penelitian (Riasnugrahani & Analya, 2023). 10 11 32 Dalam penerapannya, coding terdapat tiga tahap utama, yakni open coding, axial coding dan selective coding. Nantinya hasil dari ketiga tahap ini membentuk konstruksi teori yang memberikan pemahaman lebih dalam. Serta membantu peneliti dalam membangun makna teoritis dari data yang diperoleh (Riasnugrahani & Analya, 2023). Selanjutnya proses tersebut, serta merta tidak selalu berurutan, melainkan sering kali berlangsung secara bergantian, baik di awal maupun menjelang akhir penelitian. Contoh jika dalam tahap selective coding ditemukan bahwa beberapa konsep belum terumuskan, maka proses open maupun axial coding dalam dilakukan kembali untuk memperdalam analisis (Riasnugrahani & Analya, 2023). Oleh karena itu, coding tidak hanya sekedar teknik analisis, melainkan juga sebagai alat untuk memahami fenomena secara mendalam dan sistematis (Riasnugrahani & Analya, 2023) : 1. Open Coding Dalam proses ini, langkah pertama dalam menganalisis data ialah peneliti berusaha menetapkan serangkaian

pertanyaan yang spesifik dan juga konsisten untuk diterapkan pada data (Riasnugrahani & Analya, 2023). Misalnya, peneliti dapat merenungkan data yang diperoleh dengan tujuan memastikan bahwa data yang dikumpulkan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan dari awal. Kedua peneliti melakukan pengkodean dengan sebanyak mungkin kategori yang relevan. Dalam tahap ini, peneliti berusaha mengelompokkan data ke dalam kategori 41 tertentu beserta contoh yang sesuai, sehingga nuansa dalam data dapat tercangkup dengan jelas. Selanjutnya peneliti harus terus berusaha menghubungkan data dengan konsep maupun teori. Dengan kata lain, peneliti tidak perlu menunggu hingga seluruh data terkumpul melainkan digunakan secara dinamis sepanjang proses analisis. Guna melihat bagaimana data dapat dikaitkan dengan perspektif teoritis atau konsep yang ada (Riasnugrahani & Analya, 2023).

2. Axial Coding Setelah melakukan identifikasi tema data pada open coding, langkah selanjutnya axial coding yakni membantu dalam memahami bagaimana berbagai elemen dalam sebuah penelitian saling terhubung. Menurut Strauss dan Corbin, metode ini berfokus pada beberapa aspek penting, seperti tema yang muncul, faktor-faktor yang menyebabkan suatu peristiwa terjadi, serta tindakan dan dampak apa yang ditimbulkan oleh peristiwa tersebut. Sebagai contoh, terdapat kode kausal yakni faktor-faktor atau peristiwa yang secara langsung menyebabkan suatu fenomena terjadi. Kode konteks, yakni berfungsi untuk memahami latar belakang atau lingkungan yang mempengaruhi faktor kode kasual. Lalu ada kode tindakan, yakni merujuk pada strategi atau langkah-langkah yang diambil individu sebagai respons terhadap kondisi tertentu. Kemudian kode konsekuensi yakni mencatat hasil atau dampak dari tindakan yang dilakukan, baik secara disengaja maupun tidak diharapkan. Dengan menghubungkan berbagai kode tersebut, memungkinkan peneliti untuk melihat pola dalam data dan memahami bagaimana aspek dari suatu fenomena saling berinteraksi dalam suatu sistem.

4.2.3. Selective Coding Jika sudah meletakkan informasi yang didapat ke dalam pengodean yang koherensi satu sama lain, tahap terakhir ialah selective

coding, yakni proses melibatkan pemilihan satu kategori utama yang akan dijadikan sebagai pusat referensi. Berfungsi sebagai tema utama yang menghubungkan berbagai tema penelitian lainnya dalam penelitian. Dengan kata lain, kategori ini menjadi dasar untuk menyusun dan memahami hubungan antar tema yang muncul. 3.7 Keterbatasan Penelitian Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada ruang lingkup informasi digital yang difokuskan pada media sosial. Yakni konten-konten mengenai akun kesehatan mental remaja yang terdapat di platform Instagram, Facebook, Tiktok, dan Youtube .

14 BAB IV HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN Bab ini akan menyajikan hasil dan analisis penelitian yang diperoleh melalui wawancara terhadap informan penelitian ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja. Subyek penelitian akan dijabarkan secara mendalam dan rinci berdasarkan hasil proses open coding, selective coding dan axial coding agar memudahkan pembaca dalam memahami data penelitian ini. Selain menjabarkan data, peneliti akan melakukan interpretasi data berdasarkan sejumlah konsep yang ada di bab tinjauan pustaka. Penyajian diawali dengan gambaran umum subjek penelitian, kemudian dilanjutkan dengan hasil dan analisis 43 penelitian. Pada gambaran umum subjek penelitian, peneliti menguraikan informasi yang didapat melalui informan agar diperoleh konteks penelitian. Sementara pada bagian hasil dan analisis penelitian, terdapat uraian temuan data dari hubungan- hubungan kategori yang telah ditentukan dan di sesuaikan dengan rumusan masalah ke dalam bentuk tema-tema besar. Sehingga pembabakan data di akhir berupa hasil interpretasi berdasarkan fenomena dan konsep utama sesuai alur kerangka berpikir yakni persepsi kalangan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja diBmediaBsosial. 4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian Pada penelitian ini, terdapat sejumlah enam informan dari total keseluruhan kalangan ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja usia 10 – 18 tahun. Enam informan yang ditentukan berdasarkan tiga kalangan ibu generasi X (1965-1980) dan tiga kalangan ibu generasi Y (1981-1995). Penentuan jumlah tersebut, memenuhi syarat kesesuaian dan ketepatan berdasarkan karakteristik tujuan



REPORT #27420161

penelitian hingga memperoleh data secara mendalam. Informan #1 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 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 44 seperti menonton, menyanyi, ataupun makan keluarga untuk sekedar kumpul bersama dirumah. Dalam penggunaan media sosial, Ibu Endah cenderung mengaksesnya saat waktu-waktu bersantai saja, apabila tidak ada pekerjaan atau aktivitas di hari itu.

Informan #2 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 dirumah.

Informan #3 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 45 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. Informan #4 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. Informan #5 46 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 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.

Informan #6 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 47 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.

Tabel 4. 1 Deskripsi Informan

Informan	Endah	Khikmah	Rahmi
Yulia	Ati	Anna	Usia
X (47 Tahun)	X (47 Tahun)	X (45 Tahun)	Y (35 Tahun)
Y (44 Tahun)	Y (42 Tahun)	Pendidikan	Akhir S1 SMA S1 S2 S1 D2
Pekerjaan	IRT	IRT	IRT Guru TK Arsitek IRT Area Tempat

tinggal Komplek Komplek Komplek Komplek Komplek Cluster Anak Remaja 2 remaja dari 3 bersaudara 2 remaja dari 3 bersaudara 3 remaja dari 3 bersaudara 1 remaja dari 2 bersaudara 2 remaja dari 3 bersaudara 2 remaja dari 2 bersaudara Usia Anak Remaja 18 & 12 Tahun 18 & 15 Tahun 18, 15 & 12 Tahun 10 tahun 17 & 14 Tahun 16 & 14 Tahun Jenis Kelamin Perempuan & Laki-laki Laki-laki & Perempuan Perempuan, laki-laki & laki-laki Perempuan Perempuan & Perempuan Laki-laki & Laki-laki Kepemilikan Akun Media Sosial Instagram, Facebook . Instagram, Tiktok, Youtube Instagram , Facebook, Tiktok. Instagram, Tiktok, Facebook Instagram, Tiktok. Instagram, Facebook . Riwayat Kesehatan Mental Memiliki pengetahuan tanpa pengalaman Memiliki pengetahuan tanpa Pernah mendampingi orang Pernah mengalami secara Pernah mengalami secara Memiliki pengetahuan tanpa 48 Deskripsi Informan Endah Khikmah Rahmi Yulia Ati Anna Ibu langsung pengalaman langsung terdekat pribadi pribadi pengalaman langsung Sumber: Olahan Peneliti Temuan Menarik: 1. Keenam Informan dalam penelitian ini, mayoritas memiliki akun media sosial Instagram. Walaupun ada beberapa sudah jarang mengakses, namun informan masih memiliki akun profil dan terinstal platform tersebut di ponselnya. Sebagaimana data dari Indonesia Social Media Statistic 2025 menunjukkan bahwa, platform media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia 2025 saat ini adalah Instagram (84.80%), dibandingkan Facebook (81.30%), dan Tiktok (63.10%). 4.2 Hasil dan Analisis Penelitian Pada bagian ini, peneliti akan menjabarkan secara struktur terkait hasil dan analisis penelitian berdasarkan pedoman wawancara dengan berbagai klasifikasi tema-tema besar, yaitu kebiasaan penggunaan media sosial, pengetahuan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental, pengalaman ibu terkait kesehatan mental remaja, informasi kesehatan mental remaja di media sosial, dan terakhir persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial (Instagram, Facebook, Tiktok, Youtube). Sehingga data yang diperoleh jelas dan terarah

sesuai dengan tujuan penelitian yaitu “Untuk Mengetahui Persepsi Kalangan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial 49 4.1.1 Kebiasaan Pengguna Media Sosial Pada bagian ini, terdapat klasifikasi kebiasaan penggunaan media sosial kalangan ibu Generasi X dan Y yang memiliki remaja 10-18 tahun. Kebiasaan pengguna media sosial yang dimaksud ialah untuk memahami bagaimana ibu kalangan generasi X dan Y belajar dan berkembang secara teknologi melalui media sosial. Sehingga peneliti dapat mengetahui cara pandang masing- masing ibu dalam memilah, mengatur, menerima serta menginterpretasikan informasi di media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Keenam informan menjelaskan platform media sosial yang dimiliki, tahun penggunaan, alasan penggunaan, frekuensi penggunaan, dan durasi penggunaan. 1. Platform media sosial yang dimiliki 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) Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 1 diatas, menjelaskan bahwa platform media sosial yang dimiliki hanya dua yakni, Facebook dan Instagram, dan dalam proses tersebut informan memerlukan bentuk contoh dari pertanyaan yang diajukan. Adapun pendapat lainnya dari informan 2 sebagai ibu 50 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. “Aaaa, tapi juga enggak terlalu aktif banget ya (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 2 diatas, peneliti bertanya berulang kali dan menyebutkan empat platform media sosial kepada informan 2, dan menegaskan Instagram, Tiktok dan Youtube sebagai kepemilikan media sosial yang

dimiliki saat ini walaupun tidak terlalu aktif. Adapun pendapat lainnya dari 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)

Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 3 diatas, bahwa informan langsung menyebutkan platform media sosial yang dimiliki secara yakin tanpa adanya kebingungan. Adapun pendapat lainnya dari 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). 51 Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 4 diatas, bahwa informan langsung menyebutkan beberapa platform media sosial yang dimiliki secara lengkap dan beragam selain ketiga platform tersebut, seperti menyebutkan Telegram dan Threads oleh informan 4. Namun karena peneliti menetapkan keterbatasan penelitian, sehingga kedua platform tersebut tidak peneliti cantumkan. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 5 diatas, bahwa informan langsung menyebutkan platform media sosial yang dimiliki secara aktif dalam mengakses informasi saat ini. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara dengan informan 6 diatas, bahwa informan langsung menegaskan kalau tidak terlalu aktif menggunakan media sosial seperti Instagram dan Facebook dalam kebutuhan mencari informasi, namun Whatsapp aktif karena kebutuhan dalam komunikasi. 52 Berdasarkan penjelasan diatas dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwa diantara ketiga ibu kalangan generasi X, platform media sosial Instagram tampak menjadi preferensi penggunaan platform media sosial yang dimiliki. Namun berbeda halnya dengan ketiga ibu kalangan generasi Y, cenderung platform media sosial Tiktok sebagai preferensi penggunaan platform media sosial yang dimiliki. Hal tersebut ditunjukkan melalui cara informan menegaskan dan menyebutkan beberapa kali terkait platform media sosial Instagram serta Tiktok sepanjang proses wawancara berlangsung. 2. Tahun Penggunaan Media Sosial 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 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwa informan terhitung sudah sekitar 16 atau 17 tahun dalam pengguna media sosial Facebook, sedangkan Instagram terhitung sekitar kurang dari waktu beberapa bulan walaupun tidak menyebutkan secara spesifik. Dalam artian, sudah cukup 53 lama informan 1 dalam mengetahui perkembangan media sosial. Adapun pendapat lainnya dari 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 enggak, enggak terlalu... Ya ada, ada kita punya akunnya, tapi kita enggak terlalu aktif (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwa informan terhitung sudah 9 tahun untuk penggunaan media sosial Youtube , namun Instagram dan Tiktok informan tidak dapat menyebutkan secara spesifik tahun berapa. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwa informan terhitung sudah 17 tahun dalam penggunaan media sosial Facebook , 5 tahun penggunaan media sosial Instagram , dan Tiktok kurang dari beberapa bulan karena tidak menyebutkan tahun secara spesifik. Namun informan reaktif dalam perkembangan media sosial bersama anak remajanya dengan perbedaan jarak usia. Adapun pendapat lainnya dari informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam 54 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwa informan terhitung sudah 16 tahun dalam penggunaan platform media sosial Facebook , 15 tahun penggunaan media sosial Instagram , dan 8 tahun penggunaan media sosial Tiktok . Selain itu, informan

juga mampu menyebutkan secara spesifik tahun penggunaan media sosial secara responsif. Adapun tanggapan lainnya dari 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 Tik Tok kan jadi ikut-ikutan (Informan 5, wawancara mandalam, 14 Mei 2025)

Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwa informan terhitung sudah 6 tahun dalam penggunaan platform media sosial Instagram , dan untuk media sosial Tiktok , informan menyebutkan tahun ini 2025, namun mengetahuinya sejak viral- viralnya di Indonesia. Adapun tanggapan terakhir dari 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 . 55 “Sejak kapan? Mungkin 5 tahun yang lalu lah ya (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwa informan terhitung sudah 5 tahun dalam penggunaan platform media sosial Instagram dan Tiktok. Selain itu, informan juga tampak memperkirakan jawabannya dengan mengatakan semenjak ia memiliki handphone, yang aplikasi tersebut sudah terunduh secara otomatis. Berlandaskan pada penjelasan diatas dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwa kalangan ibu generasi X dan Y, memiliki kesadaran dalam perkembangan media sosial yang sedang viral di lingkungan sekitarnya. Seperti platform media sosial Facebook , informan 1,3 dan 4 sudah cukup lama terkait awal tahun penggunaannya. Namun dalam menyampaikan jawaban, keenam informan cenderung memperkirakan melalui ingatan kognitifnya daripada membuka fitur tahun penggunaan pada media sosial tersebut. 3.

Alasan Penggunaan Media Sosial 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) 56 Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwa motivasi awal informan dalam penggunaan media sosial, cenderung mendapat dorongan dari mengikuti tren sosial yang berkembang di lingkungan sekitarnya. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwa motivasi awal informan 2 berbeda dengan informan 1 dalam penggunaan media sosial, yakni cenderung berorientasi pada alat bantu fungsional sebagai sarana memperoleh informasi dalam penunjang aktivitas sehari-hari ibu rumah tangga. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwa motivasi awal informan 3 dalam penggunaan media sosial, yakni cenderung berupaya adaptif terhadap perkembangan zaman dan kemajuan teknologi. Selain itu juga, informan menunjukkan sikap selektif dalam penggunaan media sosial terkait pentingnya literasi digital sebagai bentuk penerimaan diri ditengah perubahan sosial dan teknologi

yang semakin dinamis. Adapun 57 tanggapan lainnya dari 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, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwa informan dalam penggunaan media sosial, berorientasi dengan menerima informasi atau berita terbaru secara cepat dan realtime. Sehingga informan mengandalkan media sosial sebagai sarana utama mengakses informasi sesuai kebutuhan sehari-hari. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwa informan dalam penggunaan media sosial hampir sama dengan informan 1 dan informan 2 dengan menekankan sesuai kebutuhan dan lingkungan sekitar. Hal tersebut menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya sebagai media hiburan melainkan sebagai sumber informasi yang bermanfaat. Adapun tanggapan dari informan 6 sebagai sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan D2, menyampaikan bahwa untuk kebutuhan usaha. 58 “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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwa informan dalam penggunaan media sosial, cenderung berbeda dengan kelima informan sebelumnya, yakni sebagai media promosi untuk mendukung kegiatan berusaha. Sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa media sosial

dapat bermanfaat sebagai alat strategi fungsional menjangkau bisnis. Berlandaskan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y memiliki alasan penggunaan media sosial sangat beragam yang dipengaruhi oleh latar belakang sosial, tingkat pendidikan dan kebutuhan informan dalam kehidupan sehari-hari nya. Keberagaman motivasi tersebut menunjukkan bagaimana penggunaan media sosial ibu kalangan generasi X dan Y telah berkembang menjadi alat media multifungsional secara strategis, dalam menjalani peran kemampuan literasi digital yang semakin kompleks.

4. Frekuensi Penggunaan Media Sosial

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 minggu. Informan 1 sebagai ibu kalangan generasi X yang termasuk dalam kelompok digital immigrant , dengan latar belakang pendidikan S1, menyampaikan bahwa hampir tiap hari. 59 “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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan yang termasuk dalam kelompok digital immigrant, yaitu tumbuh sebelum adanya era digitalisasi, tidak menutup kemungkinan berusaha memanfaatkan media sosial instagram seperti reels sebagai bentuk hiburan dalam mengisi waktu luang. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan diatas, bahwasannya informan 2 cukup berbeda dengan informan 1, hal tersebut menunjukkan bahwa tidak semua ibu generasi X secara rutin setiap minggu menggunakan media sosial, tergantung preferensi

kebutuhan informasi yang diinginkan saja. Adapun pendapat lainnya yang selaras dengan informan 1, yakni 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwa informan 3 dengan informan 1 sebagai kelompok digital 60 immigrant, menunjukkan bahwa generasi yang lahir sebelum era digitalisasi termasuk media sosial, kenyataannya telah menjadi bagian dari aktivitas harian pribadi, terlihat dari atensi niat yang diucapkan. Adapun tanggapan lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan setiap harinya membutuhkan arus informasi digital terkait perkembangan berita-berita terkini. Hal tersebut menunjukkan media sosial dapat menjadi sumber utama mengenai isu-isu aktual. Adapun pendapat lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan selaras dengan informan 4 yang menunjukkan kebiasaan untuk selalu terkoneksi dengan hadirnya media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Adapun pendapat lainnya dari 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) 61 Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya seluruh ibu kalangan generasi Y sebagai kelompok digital native, menguatkan

konsistensi pola frekuensi penggunaan media sosial, bahwa kelompok yang lahir dalam era digitalisasi sudah menjadi bagian dari rutinitas diri secara pribadi maupun interaksi sosial. Bahkan perbedaan tingkat Pendidikan maupun latar belakang sosial tidak terpengaruh. Berlandaskan uraian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa keenam informan yang berasal dari kalangan ibu generasi X dan Y, mengindikasikan bahwa frekuensi penggunaan media sosial, tidak lagi dikhususkan bagi individu yang lahir pada era digitalisasi saja, namun individu yang lahir sebelum era digitalisasi telah beradaptasi menjadi rutinitas harian bagi kalangan ibu generasi X dalam kebiasaan penggunaan media sosial. Hal tersebut terjadi karena atas dasar motivasi dan kebiasaan pribadi tiap ibu kalangan generasi X dan Y dalam kesehariannya.

5. Durasi Penggunaan Media Sosial Keenam informan menjelaskan durasi penggunaan media sosial dalam aktivitas sehariannya, dalam artian untuk mengukur seberapa lama kalangan ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial dalam rentang waktu sehari. Informan 1 sebagai kalangan ibu 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 selah-selah aja. kalau lagi santai (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025) 62 Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan hanya mengakses media sosial saat waktu luang saja dan tidak menjadi prioritas utamanya. Selain itu juga, informan tidak menyebutkan durasi waktu secara angka. Adapun tanggapan lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwasannya informan tidak menyebutkan durasi angka nyaa dalam sehari. Hal tersebut menunjukkan bahwa informan memiliki keterbatasan minat atau minim dalam mengakses media sosial secara rutin. Adapun pendapat

lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwasannya informan selaras dengan informan 1, yakni tidak memiliki waktu secara teratur saat mengakses media sosial, melainkan di sela-sela waktu saat jam istirahat. Akan tetapi, informan 3, dapat menyebutkan durasi angka secara spesifik yaitu satu jam. Adapun tanggapan lainnya, informan 4 sebagai ibu kalangan generasi Y yang termasuk dalam kelompok digital native, dengan latar belakang pendidikan S2, menyampaikan bahwa ada jadwal 63 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan menunjukkan sikap yang cukup intens dan multitasking. Hal tersebut di latar belakangnya bahwa informan merupakan seorang guru TK, sehingga terdapat estimasi waktu durasi yang telah ditetapkan. Adapun tanggapan informan lainnya, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan cukup bergantung pada aktivitas

pekerjaannya yang dilakukan saat itu. Namun informan memperkirakan 1-2 jam saat memiliki waktu luang. Adapun tanggapan lainnya, 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) 64 Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan cenderung fleksibel dalam mengatur aktivitas seharinya, akan tetapi informan menanggapi dengan gaya eksplisit sehingga informan mengasumsikan bahwa durasi penggunaan media sosial dilakukan selain waktu tidur dan melakukan pekerjaan rumah tangga. Berlandaskan pada uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam mengetahui durasi penggunaan media sosial, sangat bergantung pada aktivitas harian yang dilakukan pada saat itu. Bagaimana ibu generasi X dan Y menjelaskan kecenderungannya yang bersifat situasional dan fleksibel, seperti pada saat waktu luang, bersantai maupun di sela-sela kesibukannya. Selain itu juga, durasi penggunaan yang ditunjukkan generasi X berdasarkan preferensi aktivitas pribadi, sedangkan generasi Y estimasi waktu secara terukur. 6. Topik Konten Umum 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwa informan tertarik mengenai informasi ke arah pola hidup yang sehat dan bisa mendapatkan ilmu dari informasi tersebut. Adapun 65 tanggapan lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwa informan tertarik dengan informasi religius atau inspirasi dalam kehidupan sehari-harinya. Adapun pendapat lainnya dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwa informan tertarik dengan informasi yang bermanfaat seperti edukasi parenting dan investasi, bahkan belanja online. Adapun tanggapan lainnya, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan tertarik dengan informasi terbaru di lingkungan sosial 66 dan solusi yang berkaitan dengan kehidupan sehari-harinya. Adapun tanggapan informan lainnya, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya tertarik dengan informasi dengan pemahaman mendalam seperti resep masak, kajian dan masalah keluarga soal anak. Adapun tanggapan lainnya, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan tertarik dengan informasi yang menghibur dan berfaedah. Cenderung menghindari informasi yang negatif dan memicu rasa pusing dalam aktivitas sehari-hari. Berlandaskan pada uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam mengetahui topik konten umum yang biasa diakses sesuai kebutuhan dan kepuasan pribadi, bahwa informan 1, 2, 3 dan 5 cenderung informasi yang bermanfaat seperti kesehatan, edukasi parenting atau masalah 67 keluarga, kajian bahkan resep makanan. Selain itu informan 4 dan 6 cenderung informasi update berita, tips-tips serta hiburan. Tabel 4. 2 Deskripsi Kebiasaan Penggunaan Media Sosial Ibu Generasi X Deskripsi

GENERASI X #Informan 1 #Informan 2 #Informan 3 IG FB TT YT IG
FB TT YT IG FB TT YT Platfo rm yang dimili ki Ya Ya - - Ya
- Ya Ya Ya Ya Ya - Tahun Pengg unaan Ba ru – ba ru ini 200
8 ata u 200 9 - - Bar u – bar u ini - Bar u – bar u
ini 2016 202 200 8 Bar u – bar u ini - Alasan Pengg unaan Tre
n Tre n - - Ko mu nik asi - Me nca ri Inf or ma si Men
cari Infor masi Me ngi kut i Za ma n Me ngi kut i Za ma n
Me ngi kut i Za ma n - Freku ensi Pengg unaan Se tia p Ha
ri Set iap Har i - - Seb ula n Sek ali - Se min ggu Sek
ali Sese kali Set iap Ha ri Set iap Har i Set iap Har i -
Durasi Pengg unaan Wa ktu Lu an g Wa ktu Lua ng - - Jar ang

REPORT #27420161

- Jar ang Sese kali < 1 jam < 1 Jam < 1 Jam - Topik Konte
n Umum Ke se hat an, Kes eha tan , Cer am ah aga Cer am ah
aga Rese p masa k Par ent ing, inv Par ent ing, inv Par ent
ing, inv 68 Deskri psi GENERASI X #Informan 1 #Informan 2 #Informan
3 IG FB TT YT IG FB TT YT IG FB TT YT M usi k, Fil m.
Mu sik, Fil m ma, bel anj a onli ne ma est asi, Jua lan onli
ne est asi, Jua lan onli ne est asi, Jua lan onli ne Sumber:
Olahan Peneliti Tabel 4.2 Deskripsi Kebiasaan Penggunaan Media Sosial Ibu
Generasi Y Deskri psi GENERASI Y #Informan 4 #Informan 5 #Informa
n 6 IG FB TT YT IG FB TT YT IG FB TT YT Platfo rm yang
dimili ki Ya Ya Ya - Ya - Ya - Ya Ya - - Tahun pengg unaan
201 200 9 201 7 2017 - 20 25 - 202 202 - - Alasan Pengg
unaan Up dat e Ber ita Up dat e Ber ita Up dat e Ber ita -
Men cari Infor masi - Tre n - Us aha Us aha - - Freku ensi
Pengg unaan Seti ap Har i Seti ap Har i Seti ap Har i - Setia
p Hari - Set iap Ha ri - Set iap Ha ri Set iap Ha ri - -
Durasi Pengg unaan 1-4 Jam 1-4 Jam 1-4 Jam - 1-3 Jam - 1-3 Ja
m - < 10 Jam < 10 Jam - - Topik Konte n Umum Par enti ng,
Par enti ng, Par enti ng, Rese p masa Re sep ma Hib ura n,
Hib ura n, 69 Deskri psi GENERASI Y #Informan 4 #Informan 5 #Inform
an 6 IG FB TT YT IG FB TT YT IG FB TT YT Poli tik, Ma
sak Poli tik, Ma sak Poli tik, Ma sak kan, kajia n kelu arga
dan anak sak an, kajia n kel uar ga da n an ak Ber ita Ber
ita Sumber: Olahan Peneliti Temuan Menarik: 1. Karakteristik ibu generasi
X dan Y dari keenam informan menyebutkan “setiap hari” dalam frekuens
i penggunaan media sosial, bahwasannya kalangan ibu generasi X sebagai
digital immigrant maupun kalangan ibu generasi Y sebagai digital native
, memiliki motivasi kuat dalam mengukur perkembangan digital terkait
penggunaan media sosialnya. 4.1.2 Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y
Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Pada bagian ini, terdapat
klasifikasi Pengetahuan ibu Ggenerasi X dan Y terkait informasi kesehatan

mental remaja. Pengetahuan yang dimaksud ialah untuk memahami bagaimana ibu kalangan generasi X dan Y menerima dan memproses informasi kesehatan mental remaja. Sehingga peneliti dapat mengetahui 3 tahapan persepsi (Seleksi, Organisasi, dan Interpretasi) dari masing-masing ibu mengenai informasi 70 kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari. Keenam informan menjelaskan definisi kesehatan mental, bentuk penerimaan informasi kesehatan mental, memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi, memilah informasi secara pasif, kredibilitas informasi, exposure informasi, dan atensi informasi. 1. Definisi Kesehatan Mental 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan memandang kesehatan mental sebagai bentuk pikiran dan jiwa yang sehat. Adapun pendapat lainnya, dari 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) 71 Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwasannya informan menganggap dukungan keluarga dan kepercayaan pola

asuh, menjadi faktor positif mengenai kesehatan mental, ibaratnya lingkungan rumah harus ada dukungan secara emosional. Adapun tanggapan lainnya dari, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwasannya informan dari penggunaan gadget dapat menciptakan emosional yang kurang stabil seperti pusing atau marah-marah dan merasa ada benang merahnya dengan kesehatan mental. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) 72 Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan mengutamakan solusi sebelum adanya penyebab terkait masalah kesehatan mental. Seperti refreshing, healing, me time menunjukkan solusi agar mengurangi mental yang negatif. Adapun tanggapan lainnya,

dari informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, menyatakan bahwa kesehatan mental berawal dari tekanan emosi, masalah seperti stress akibat kerja 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 seharian cepat emosi gitu (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan lumayan memiliki kesadaran yang intens dengan permasalahan kesehatan mental, terutama pemicu awalnya seperti tekanan emosi, stress dan sebagainya. Adapun tanggapan lainnya, dari informan 6 sebagai kalangan ibu 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan menganggap kalau seorang ibu sehat atau cara berpikir sehat dan bahagia, maka keluarga akan sehat semua, dalam artian informan berusaha mengutamakan pola pikir yang positif dalam kehidupan sehari-hari. 73 Berlandaskan uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam memahami definisi kesehatan mental secara pendapat pribadi bermacam-macam. Informan 1 dan 6 cenderung berfokus pada pola pikir sehat dan bahagia, lalu informan 2 dan 3 berfokus pada faktor yang terjadi seperti penggunaan gadget dan dukungan keluarga. Terakhir informan 4 dan 5 cenderung memahami pemicu awal dari adanya kesehatan mental, seperti stress, tekanan emosi hingga membutuhkan solusi dalam kehidupan sehari-hari 2. Bentuk Penerimaan Informasi Kesehatan

Mental 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan cenderung menghindari informasi mengenai kesehatan mental dan hanya di skip apabila informasi tersebut muncul di beranda media sosialnya. Adapun tanggapan lainnya, dari informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X yang memiliki 2 anak remaja (laki-laki dan perempuan), menyampaikan bahwa sesekali 74 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwasannya informan cenderung tidak aktif mencari karena merasa cara berpikir lebih unggul dari informasi yang mengandung kesehatan mental. Adapun tanggapan lainnya dari, 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 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3,

bahwasannya informan menganggap kesehatan mental seperti penyakit fisik, terdapat istilah brain rot yang informan ungkapkan. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan cenderung menerima informasi berupa solusi dari 75 masalah yang dibutuhkan. Adapun tanggapan lainnya, dari 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 lg, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan cenderung menerima informasi dengan tujuan menenangkan isi pikiran dan hati atas apa yang dialaminya. Adapun tanggapan lainnya, dari 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... ya a tentang apapun kesehatan mental belum yaa ya gak pernah sih (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan cenderung skeptis dalam informasi kesehatan mental. Dalam artian, informan secara sadar tidak pernah mengakses maupun mencari informasi kesehatan mental. Berlandaskan uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam bentuk penerimaan informasi kesehatan mental, informan memiliki keragamannya masing-masing berdasarkan kondisi mental yang terjadi dalam kehidupannya. Informan 1 dan 6 cenderung berpikir skeptis dalam menerima informasi kesehatan mental,

informan 3 dan 5 cenderung intens, sedangkan informan 2 dan 4 tidak terlalu mendalami namun cukup memahami kondisi kesehatan mental. 76 3.

Memilah Informasi Berdasarkan Kesesuaian Pribadi 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), 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 mengelolanya 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan mengatur melalui cara pengelolaan untuk bersikap dan berpikir dalam kehidupan sehari-hari agar tidak mudah stress. Adapun tanggapan lainnya, dari 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, 77 penghuninya. (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwasannya informan menyadari kalau informasi saat ini memang sudah berbeda dengan zaman dulu karena adanya istilah-istilah baru yang perlu disesuaikan pada diri seseorang. Adapun tanggapan lainnya dari, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwasannya informan berusaha memilah informasi saat ini berdasarkan hubungan sosialnya sebagai ibu untuk menganalisa diri. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan cenderung memilah konten dalam jenis tips-tips atau rekomendasi tempat liburan sebagai bentuk kepedulian pada diri sendiri. Adapun tanggapan lainnya, dari informan 5, sebagai kalangan ibu generasi Y yang memiliki 2 anak remaja perempuan, 78 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 pemberitahuannya 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan memilih konten relateable, cerita atau pengalaman yang mirip dengan kehidupan pribadi. Adapun tanggapan lainnya, dari 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 gituu,tapi untuk buat anak remaja kesehatan mental apaa, sejauh ini gak pernah yaa... (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan cenderung mengakses berdasarkan kepuasan hiburan sebagai bentuk untuk menciptakan suasana atau kondisi yang menyenangkan melalui media sosial. Berlandaskan pada uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam memilah informasi berdasarkan kesesuaian pribadi sangat beragam sesuai dengan preferensi serta kondisi yang dialami oleh ibu generasi X dan Y. Dengan tujuan untuk mengelola cara berpikir, menambah informasi baru atau sekedar mencari rasa bentuk kepedulian pada diri sendiri. 79 4. Memilah Informasi Berdasarkan Relevansi 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, bahwasannya informan tidak aktif mencari dan cenderung mengabaikan informasi kesehatan mental. Adapun tanggapan lainnya, dari 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 dsalam 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) 80 Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwasannya informan Menganggap informasi sebagai referensi umum saja, tidak terlalu diambil pusing, Adapun tanggapan lainnya dari, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, bahwasannya informan Menyadari pentingnya informasi, namun saat merasa bingung jarang cross check karena berusaha memilah informasi berdasarkan sisi baik yang memang sinkron dengan kehidupan pribadinya, serta memilah pikiran untuk tidak

perlu memikirkan hal-hal diluar control diri. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan Tidak suka terlalu banyak follow akun karena akan mengganggu beranda medsos, dan melihat konten berdasarkan algoritma saja. Adapun tanggapan lainnya, dari informan 5 81 sebagai ibu generasi Y, yakni cenderung memilih informasi yang sesuai dengan pengalaman seseorang. “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) Kutipan wawancara informan 5 menunjukkan bahwa merasa syarat informasi yang diterima berupa persoalan yang sedang dialami. Selanjutnya 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. “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 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan secara pasif tidak mencari dan mengakses informasi kesehatan mental karena memiliki keyakinan tidak mengalami masalah kesehatan mental. Berlandaskan uraian sebelumnya, keenam

informan dari kalangan ibu generasi X dan Y dalam memilah informasi secara pasif, bahwa informan 1, 2, 3, 4 dan 5 secara nyata hanya menerima saat muncul di beranda karena tidak menyaring informasi secara aktif seperti cek sumber, verifikasi informasi secara kritis, hanya menyeleksi secara pasif. 5. Kredibilitas Informasi Kesehatan Mental 82

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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, bahwasannya informan Mengkritisi konten creator yang hanya sekedar “ngomong” tapi tidak jelas kebenarannya, karena dapat memicu informasi hoaks. Adapun tanggapan lainnya dari, 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) Berdasarkan kutipan

wawancara informan 3, bahwasannya informan menyoroti untuk mencari informasi kesehatan mental 83 remaja dari praktisi kesehatan yang bercerita mengenai isu atau permasalahan keseharian. Adapun tanggapan lainnya, dari 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 buktiin 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 bener- bener 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 4, bahwasannya informan Memverifi kasi konten lewat website, memilih konten dan influencer yang dinilai kredibel, menyadari banyak konten tiruan. Adapun tanggapan lainnya, dari 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

REPORT #27420161

5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, bahwasannya informan Bersikap selektif, percaya jika sesuai 84 dengan keyakinan pribadi, dan menyadari bahwa banyak informasi yang bertentangan. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, bahwasannya informan idak aktif mencari informasi karena merasa tidak butuh namun Percaya hanya jika disampaikan langsung oleh orang yang kompeten seperti psikiater atau dokter jiwa apabila dibutuhkan. Berlandaskan pada uraian sebelumnya, keenam informan dari kalangan ibu generasi X dan Y mengenai kredibilitas informasi kesehatan mental, bahwa informan 2, 3, 4, 5 dan 6 berfokus pada sumber informasi, tujuan penyampaian, kesesuaian konteks dengan pengalaman pribadi, hingga menyadari isi informasi yang mampu dipertanggung jawabkan keakuratannya. 6. Exposure Informasi Kesehatan Mental Remaja Keenam informan memberikan penjelasan kepada pentingnya aspek kemunculan awal bahwa ibu generasi X dan y dalam informasi kesehatan mental remaja. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah adanya bentuk kesadaran dan kepedulian dalam proses kondisi psikologis pada anak remaja. Informan 2 sebagai ibu kalangan generasi X, seorang ibu 85 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) Berdasarkan kutipan

wawancara informan 1, bahwasannya informan saat ditanya mengenai isu kesehatan mental remaja, merasa bingung dan tidak mengetahui perkembangan masalah yang terjadi saat ini pada remaja terkait kesehatan mental. Adapun tanggapan lainnya, dari 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) Sementara itu, kutipan wawancara dari informan 2 menyatakan, bahwa dirinya belum pernah secara aktif mengakses konten kesehatan mental remaja. Adapun pendapat lainnya yang berbeda dari 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) Kutipan wawancara oleh informan 3, menunjukkan fokus pada informasi parenting secara umum apabila hal tersebut relevan dengan perannya sebagai ibu rumah tangga. Adapun 86 pendapat lainnya dari 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) Sementara itu, kutipan wawancara dari Informan 4, menunjukkan adanya kesadaran tentang konten kesehatan mental remaja, namun informan memilih untuk tidak memahami secara mendalam. Adapun pendapat lainnya, dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, menunjukkan sedikit kebingungan dalam spesifikasi isi konten kesehatan mental remaja dan cenderung kurang intens. Berbeda halnya dengan 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) Kutipan wawancara oleh informan 6, menunjukkan bahwa dirinya lebih memilih untuk berkonsultasi secara langsung dengan tenaga ahli bidang psikologi seperti dokter jiwa apabila dibutuhkan daripada mencari informasi konten kesehatan mental remaja di media sosial. Berdasarkan rangkaian kutipan wawancara, dapat disimpulkan bahwa cara pandang ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial masih sangat terbatas dan minim kesadaran. Sebagian besar informan belum memahami urgensi isu kesehatan mental dan menganggap belum relevan dengan kehidupan pribadinya. Namun informan 4 dan 5, menyadari konten kesehatan mental remaja walaupun memiliki kekurangan pemahaman secara mendalam untuk menunjukkan keterlibatan aktif dalam menerima dan memahami informasi kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial 7. Atensi

Informasi Kesehatan Mental Remaja 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, 88 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, menunjukkan respon terhadap fenomena yang terjadi saat ini di media sosial seperti FOMO, kecanduan game, ataupun tren viral yang mudah terpengaruh kepada remaja. Sehingga informan menekankan peringatan yang tidak hanya melalui media sosial tetapi institusi pendidikan juga. Adapun pendapat lainnya dari 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 mandalam, 14 Mei 20205) Kutipan wawancara oleh informan 2, menunjukkan bahwa perubahan karakteristik pada remaja seperti fase-fase kestabilan emosi maupun mulai mengenal lawan jenis. Berbeda

halnya dengan 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 3 menunjukkan bentuk perhatiannya mengenai informasi kesehatan mental remaja. **29** Selanjutnya informan 4, 89 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) Kutipan wawancara oleh informan 4, menyatakan atensinya terhadap informasi kesehatan mental dari yang hanya buku menjadi konten sederhana lewat media sosial dan sangat membantu untuk kebutuhan masa sekarang. Berbeda halnya dengan 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 5 menunjukkan atensi terhadap seiring perubahan emosional yang terjadi pada diri anak remaja seperti berontak ataupun melawan, dan mulai mencari informasi yang berkaitan dengan pengalaman yang dialami anaknya. Namun tidak semua informan menunjukkan atensi, 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 90 orang tuanya... nah itu fungsinya kalau dibilang kita jadi teman ke anak k 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) Sementara itu informan 6, menegaskan selama tidak merasa membutuhkan informasi terkait kesehatan mental, maka secara aktif tidak memperhatikan bahkan mencari informasi kesehatan mental remaja. Melainkan membiasakan diri kepada anak untuk dekat dan memberikan arahan agar memiliki pikiran terbuka hingga anak ingin bercerita mengenai mental. Berdasarkan uraian kutipan wawancara, mayoritas informan menunjukkan atensi yang beragam mengenai informasi kesehatan mental remaja yang tersebar di media sosial. Hal tersebut bergantung pada tingkat kebutuhan, kesadaran dan pengalaman langsung dalam dinamika perilaku anak remajanya. Selain itu hanya informan 6, tidak menunjukkan atensi secara aktif karena tidak memiliki kebutuhan terkait isu tersebut. Tabel 4. 3 Pengetahuan Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Deskripsi Informan #Informan 1 X (47 Tahun) #Informan 2 X (47 Tahun) #Informan 3 X (45 Tahun) #Informan 4 Y (35 Tahun) #Informan 5 Y (44 Tahun) #Informan 6 Y (42 Tahun) Definisi Kesehatan Mental 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 Bentuk Tidak mencari, Sesekali baca Cukup aktif Fokus terkait Fokus terkait Tidak pernah 91 Deskripsi Informan #Informan 1



REPORT #27420161

X (47 Tahun) #Informasi 2 X (47 Tahun) #Informasi 3 X (45 Tahun) #Informasi 4 Y (35 Tahun) #Informasi 5 Y (44 Tahun) #Informasi 6 Y (42 Tahun) Penerimaan Informasi Kesehatan Mental hanya lihat sekilas saat lewat di beranda media sosial sepiintas, namun lebih fokus ke anak & keluarga mengetahui informasi, karena menganggap seperti penyakit fisik relaksasi, seperti video edukasi cepat tidur, lifestyle rekomendasi cafe untuk healing pendekatan religius untuk motivasi diri dan memfollow juga mengakses atau mencari informasi kesehatan mental. Memilah Informasi Berdasarkan Kesesuaian Pribadi 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 Memilah Informasi Berdasarkan Relevansi Tidak aktif memperhatikan, hanya melihat informasi yang kebetulan lewat dan tidak mendalam Menganggap informasi sebagai referensi umum saja, tidak terlalu dipusing, hanya sebagai perbandingan dengan pengalaman pribadi Menyadari pentingnya informasi, namun saat merasa bingung jarang cross-check karena rasa malas dan mengutakan pikiran agar tidak pusing Tidak suka terlalu banyak follow akun karena akan menggangu beranda medsos, hanya melihat konten berdasarkan algoritma dan kebutuhan saat itu. Kesesuaian dengan permasalahan yang dialami sebagai informasi paling relevan. Tidak merasa butuh karena belum merasa mengalami masalah kesehatan mental Kredibilitas Informasi Kesehatan Mental - 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 Memverifikasi konten lewat website, memilih konten dan influencer yang dinilai kredibel, menyad Bersikap selektif, percaya jika sesuai

REPORT #27420161

dengan keyakinan pribadi, dan menyadari bahwa banyak informasi Percaya hanya jika disampaikan langsung oleh orang yang kompeten seperti psikiater atau 92 Deskripsi Informan #Informan 1 X (47 Tahun) #Informan 2 X (47 Tahun) #Informan 3 X (45 Tahun) #Informan 4 Y (35 Tahun) #Informan 5 Y (44 Tahun) #Informan 6 Y (42 Tahun) pada ibu dan anak remaja. Ada banyak konten tiruan yang bertentangan dokter jiwa apabila dibutuhkan, namun tidak aktif mencari informasi karena merasa tidak butuh Exposure 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, Atensi Informasi Kesehatan Mental Remaja 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 konsisten peran ibu ditingkatkan Merasa konten informasi kesehatan mental remaja sekarang lebih simple dan membantu secara emosional dibandingkan 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 karena belum merasa membutuhkan, namun membiasakan membiasakan diri ke anak untuk membuka pikiran positif Sumber: Olahan Peneliti 93 4.1.3 Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Pada bagian ini, terdapat klasifikasi pengalaman ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja. Pengalaman yang dimaksud ialah sebagai perbedaan latar belakang dan perkembangan zaman yang membuat pola penerimaan respons mereka

terhadap informasi kesehatan mental berbeda sesuai dengan kemajuan teknologi dan keterbukaan masalah kesehatan mental. Sehingga peneliti dapat mengetahui 3 faktor dalam membentuk persepsi yaitu atensi, ekspektasi, dan motivasi berdasarkan code pengalaman ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja. Keenam informan menjelaskan latar belakang informan sejak dini, nilai-nilai yang dianut, relasi dengan anak remaja, tantangan dan kendala, harapan informan buat remaja dan saran untuk ibu yang memiliki remaja 1.

Latar Belakang Informan Sejak Dini

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 94 yang apa, jadi nggak kenal juga sih. Istilah istilah kayak gitu ya. Biasa-biasa saja. (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan, menunjukkan bahwa pendekatan pengasuhan lebih mengutamakan nilai agama, kesopanan, dan perilaku baik dalam kehidupan sosialisasi di masyarakat. Adapun tanggapan lainnya dari 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) Kutipan wawancara oleh informan 2, menunjukkan adanya penanaman benar atau salah, yang hanya diajarkan untuk mengikuti aturan moral dan larangan. sama halnya dengan informan 3, menekankan pada pola asuh POC yang dimana apa kata orang tua harus nurut. “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 3 turut menekankan bahwa pola asuh yang diajarkan sejak dini mengarah pada parenting POC (power- oriented culture), untuk selalu menuruti dan mengikuti perkataan orang tua tanpa ada ruang diskusi yang diterimanya. Sedangkan 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 95 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) Kutipan wawancara oleh informan 4, menunjukkan bahwa karena terbatasnya informasi di kanal edukasi digital pada zaman dahulu, membuat dirinya hanya diskusi umum saja bukan spesifik isu kesehatan mental. Berbeda halnya dengan 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 lya 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, menunjukkan bahwa konsep kesehatan mental sejak kecil hanya sebatas pengendalian emosi seperti jangan cepat tersinggung

atau marah, dan peran gender bahwa tuntutan perempuan harus pintar masak dan sebagainya. Lebih lanjut pendapat dari 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) Informan 6 menunjukkan bahwa pengalaman yang dialaminya cenderung berupa keteladanan dan kerja keras dari perilaku orang tua. Sehingga informan hanya mendapatkan pendekatan 96 secara eksplisit daripada komunikasi verbal. Berdasarkan uraian diatas, keenam informan mayoritas secara tidak langsung terbentuk berdasarkan nilai-nilai sikap secara tradisional seperti agama, kepatuhan, sopan santun, peran gender. seperti informan 2 dan 3 yang menekankan pada sikap untuk mengikuti aturan moral dan larangan serta nurut perkataan orangtua.

2. Pengalaman Pribadi Terkait Kesehatan Mental

Pengalaman pribadi terkait kesehatan mental merujuk kepada, bagaimana informan mengalami permasalahan kesehatan mental yang pernah terjadi di dalam kehidupan kesehariannya. Sehingga peneliti dapat mengetahui tingkat kesadaran para informan dalam level atau batasan yang pada kenyataannya bisa mempengaruhi pola pikir terhadap isu kesehatan mental pada remaja, Informan 1 menyebutkan bahwa tidak merasa mengalami permasalahan kesehatan mental. “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 (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, memaknai bahwa kesehatan mental secara sederhana dan tidak mengaitkannya dengan istilah-istilah psikologis yang rumit. Bagi informan 1, menjalani

hidup dengan prinsip tidak mempersulit orang lain sudah cukup menjadi pondasi hidup untuk menjaga kesehatan mental. Selanjutnya informan 2, menyatakan bahwa menyadari kesehatan mental dari kenalan terdekatnya yang berada di bidang psikologis. “Iya. Karena kita tuh ada beberapa ponakan tuh kuliah di psikolog. Jadi kita kadang kalau ngobrol, Oh ini ini tan gitu Oh 97 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 (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025)

Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, pengalaman personal ibu juga dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, termasuk interaksi dengan keluarga yang memiliki latar belakang psikologis. Hal tersebut membentuk sensitivitas terhadap dinamika emosi dan perilaku orang lain. Selanjutnya informan 3, menyatakan bahwa pola pikir dan cara bersosialisasi dapat menjaga kestabilan mental. “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 (Informan 3, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

Kutipan wawancara informan 3, menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental melalui aktivitas sosial dan keagamaan. Sosialisasi menjadi pondasi utama dalam menghindari pikiran negatif daripada menyendiri yang dapat memicu perasaan negatif. Selanjutnya tanggapan informan 4, menyatakan bahwa menyadari permasalahan kesehatan mental dari rutinitas bekerja serta perannya menjadi seorang ibu. “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 4, wawancara mendalam, 22 April 2025)

Adapun tanggapan lainnya dari informan 4, bahwa kesehariannya sebagai ibu yang bekerja membuat sebagian informan menyadari perlunya ruang untuk diri sendiri

agar tidak mudah stress yang dapat melampiaskan emosi negatif kepada anak. Selanjutnya terdapat kutipan wawancara informan 5, 98 menyatakan bahwa sudah menyadari permasalahan kesehatan mental berdasarkan pengalaman pribadi. “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. Iya terus ya cewek itu harus pintar ini lah, harus pintar ini lah, bukan sekedar ini aja harus bisa masak lah, atau kayak gitu (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Kutipan wawancara informan 5, menunjukkan beban peran ganda sebagai ibu dan perempuan dapat memicu tekanan mental tersendiri, terlebih ketika ekspektasi sosial terhadap perempuan yang terus bertambah. Hal tersebut dapat berdampak pada kestabilan emosi dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya informan 6 menyatakan bahwa menyadari permasalahan kesehatan mental, namun memilih untuk menjaga pola pikir untuk kestabilan mental dalam kehidupan kesehariannya. “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 (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Kutipan wawancara informan 6, menunjukkan bahwa pemilihan cara praktis seperti menjaga kestabilan emosi melalui cara menghibur diri sendiri, dapat membahwa kebahagiaan pribadi ibu yang dapat mempengaruhi keharmonisan keluarga secara keseluruhan. Berlandaskan penjelasan mengenai keenam informan, bahwasannya pengalaman pribadi terkait kesehatan mental menunjukkan pendekatan yang beragam dalam upaya menjag kesehatan mental yang dilakukan dalam kehidupan kesehariannya. Sebagian informan memaknainya secara sederhana dengan menjalani hidup tanpa membebani orang lain, sementara yang lain memperoleh pemahaman dari interaksi di lingkungan sekitarnya. Aktivitas keagamaan dianggap menjaga keseimbangan mental, selain itu informan yang bekerja 99 menyoroti pentingnya waktu untuk diri sendiri guna mengelola stress, serta tuntutan sosial terhadap peran perempuan yang berkontribusi pada tekanan emosional. Secara umum,

kebahagiaan pribadi informan dipandang sebagai faktor penting dalam menjaga keharmonisan keluarga 3. Nilai-nilai Yang Dianut 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, menunjukkan nilai keterbukaan anak terhadap orang tua mampu menjaga konsistensi komunikasi yang dibangun secara rutin dan positif melalui obrolan ringan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun tanggapan lainnya dari 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) Berbeda halnya dengan informan sebelumnya, informan 2 menunjukkan nilai kepercayaan kepada anak remaja dalam 100 memberikan ruang eksplorasi diri pada remaja hingga menciptakan suasana harmonis. Pendapat lainnya dari 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) Kutipan wawancara informan 3, menunjukkan nilai keseimbangan dan ketenangan orang tua. Berusaha menerima zaman dengan realistis. Selanjutnya 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 4 menunjukkan nilai control dan disiplin berbasis waktu dan kepentingan, sesuai usia dan kebutuhan akses media sosial (membatasi). Selanjutnya ungkapan dari informan 5, menyatakan bahwa dirinya berusaha memberikan arahan yang positif untuk anak remajanya. 101 “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 arahinnya 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) Kutipan wawancara oleh informan 5, menunjukkan nilai religius dan tanggung jawab pribadi. Pendekatan utamanya berlandaskan pada agama dan cinta diri untuk masa depan. Selanjutnya terdapat tanggapan dari 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 bagaimanaanya gitu (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, menunjukkan nilai keteladanan dalam kehidupan kesehariannya. Seperti mengandalkan praktik langsung daripada teori dalam memahami dan merasakan emosi jiwa dan mental anak. Berlandaskan uraian kutipan dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwa beragam nilai-nilai yang dianut kepada anak remaja nya sesuai dengan keyakinan dan kepercayaan dalam mendidik dan mendampingi kondisi mental anak. Berdasarkan konteks informasi digital, informan 3 dan 4 berpusat pada nilai keseimbangan dan ketenangan sesuai kondisi perkembangan zaman, serta memerlukan nilai control berbasis waktu dan disiplin. Sedangkan informan 1, 2, 5 dan 6 sangat mengutamakan nilai dalam konteks pola asuh langsung ke remaja seperti nilai 102 kepercayaan, keterbukaan, tanggung jawab pribadi dan keteladanan.

4. Relasi Dengan Anak Remaja 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. Bagaimana informan menunjukkan pendekatan dalam menjalin hubungan dekat dalam peranya sebagai ibu yang pada realitasnya berbeda sesuai kelompok generasi dan klasifikasi usia. 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. Cuma 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, mengungkapkan bahwa dalam relasi dengan anak remaja ditengah informasi digital yang dapat

berpengaruh ke kondisi mental anak remaja, yaitu mendengarkan cerita anak untuk memberikan solusi serta nasihat, namun langkah terbaiknya tidak mendikte tetapi berusaha memahami kondisi anak remaja. Adapun pendapat lainnya dari 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 103 orang Jakarta nanya jalan, kamu harus tau jalan makanya saya bebasin tuh dia Dari SMA (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Kutipan wawancara informan 2, menunjukkan bahwa Anak laki-laki lebih penasaran sama dunia luar, sehingga diberikan kebebasan untuk mengenal lingkungan sekitar agar bisa mengikuti perkembangan sosial. Selanjutnya tanggapan dari 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) Kutipan wawancara informan 3 menunjukkan bahwa informan cenderung menginformasikan apabila ada dampak negative seperti gangguan emosional marah. Tanggapan lainnya dari 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, kirimny a 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 mandalam, 22 April 2025) Informan 4 menunjukkan bahwa adanya relasi pendekatan digital untuk membangun komunikasi, seperti mengirimkan informasi melalui DM (direct message) untuk diskusi bersama sebelum tidur.

Adapun tanggapan lainnya dari 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 104 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, menunjukkan bahwa lebih membangun relasi lewat aktivitas kebersamaan seperti membuat kue, tujuannya untuk anak menjadi rajin dan ada kegiatan yang positif selain mengakses informasi digital dalam penggunaan media sosial. Berbeda halnya dengan 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) Kutipan wawancara informan 6, menunjukkan bahwa pentingnya membiasakan anak untuk selalu terbuka sejak dini dengan ibunya. Bertujuan untuk menciptakan suasana nyaman bagi kedua anak laki-laki remajanya. Berlandaskan uraian kutipan wawancara dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwa relasi dengan anak remaja melalui pendekatan yang fleksibel secara langsung maupun tidak langsung. Mayoritas informan 1, 2, 5 dan 6 secara langsung. Sedangkan Informan 3 sangat mendukung kegiatan online selama bermanfaat dan menghasilkan, serta informan 4 menggunakan konten informasi di media sosial dan membuat aturan bersama sebelum tidur. 5. Tantangan dan Kendala Tantangan dan kendala merujuk kepada bagaimana informan menghadapi berbagai tantangan dan

kendala yang ia 105 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) Berdasarkan kutipann wawancara informan 1, menunjukkan bahwa tantangan terbesar adalah ketika anak laki-laki kurang terbuka dengan ibu nya, sehingga perlu inisiatif tinggi untuk berkomunikasi agar anak tidak tertutup dan bisa berkembang. Adapun tanggapan lainnya dari 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 lingkupnya itu luas, itu yang kita gak bisa ngikutin itu sebenarnya... orang tua kan kayaknya ngeliat anaknya a 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 2 mengungkapkan bahwa anak sudah remaja dan ruang lingkup pergaulan luas, tidak bisa selalu mengawasi namun memberikan kepercayaan tanpa harus menimbulkan konflik yang nantinya dapat berpengaruh ke kondisi mental anak. Selanjutnya informan 3 mengungkapkan kendala apabila anak tidak nurut 106 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) Kutipan wawancara informan 3 menunjukkan bahwa membatasi penggunaan media sosial pada anak remaja merupakan hal yang menantang, informan telah mencoba berbagai pendekatan dari yang melarang secara pelan hingga tegas sekalipun untuk menjaga kesehatan mental anak remajanya. Tanggapan lainnya dari 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 diakses, 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 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 4 mengungkapkan bahwa tidak bisa memantau sepenuhnya karena bekerja dan celah akses yang sulit dibatasi sesuai keinginan anak seperti tidak ingin menggunakan youtube kids lagi. Selanjutnya tanggapan lainnya dari informan 5, 107 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) Kutipan wawancara dari informan 5 menunjukkan bahwa untuk selalu dapat mendukung aktivitas anak secara positif dan bermanfaat sebesar apapun tantangan atau kendala yang dihadapi. Sama halnya dengan ungkapan 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) Sementara itu, kutipan wawancara informan 6 menunjukkan bahwa untuk tidak terlanjur berfokus pada kendala melainkan solusi yang diarahkan untuk anak remaja dalam menghadapi tantangan kondisi mental melalui bercerita atau tulisan. Berlandaskan uraian kutipan wawancara dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwa para ibu menghadapi tantangan yang bervariasi, seperti keterbatasan komunikasi, ketergantungan anak pada teknologi, hingga kontrol terhadap informasi yang mampu berikan dampak kepada kondisi mental anak. 6. Harapan Informan Untuk Remaja 108 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. Cuma kan, berarti kita udah usaha gitu ya. Cuma masih aja. Ini ya, nggak game doang (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025) Kutipan wawancara oleh informan 1, menunjukkan bahwa Remaja bisa menyadari konten yang belum sesuai umur dan belajar menyaring sendiri. Selain itu, terdapat tanggapan 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 2 menunjukkan bahwa apabila remaja punya “rem atau control diri yang dibekali konten positif seperti konten podcast yang bermanfaat, setidaknya bisa membedakan pengaruh baik dan buruk. Adapun tanggapan lainnya dari 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 109 “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) Berdasarkan kutipan

wawancara informan 3, menekankan pentingnya pemahaman mendalam terkait informasi kesehatan mental yang tersebar di media sosial. Tidak hanya menangkap informasi sekedar awal saja, tapi cross check secara mendalam, lalu kontribusi pihak-pihak seperti praktisi kesehatan atau tenaga professional juga mampu memberikan edukasi serta solusi yang tepat. Selanjutnya tanggapan dari informan 4 sebagai ibu generasi Y, yang mengungkapkan harapannya kalau Remaja boleh akses media sosial tapi tetap dibawah pengawas 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) Kutipan wawancara oleh informan 4, menunjukkan jika bahwa media sosial memang penting untuk belajar sesuai dengan zamannya, namun tetap menyoroti pengawasan terhadap penggunaannya. Selanjutnya, tanggapan dari 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 misalkan saya juga sama mungkin dibawahnya itu mungkin lebih nih jadi 110 lebih ke semuanya itu lebih ke agama deh kayaknya deh harapannya (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Informan 5, menunjukkan harus memiliki batasan diri dan pedoman hidup terkait agama ditengah informasi digital bahkan hiburan seperti game agar tidak mengarah ke hal yang buruk terutama kondisi mental. Tanggapan lainnya dari 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 Insyaallah pasti kehidupan yang baik gitu (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025)

Berdasarkan kutipan wawancara informan 6, menunjukkan bahwa lingkungan yang positif dapat mendukung kondisi mental anak yang positif juga, bagaimana hal tersebut berkaitan dengan pembentukan karakter, arah tujuan dan pilihan hidup remaja kedepannya. Berlandaskan uraian kutipan wawancara dari keenam informan, dapat disimpulkan keinginan ibu generasi X dan Y untuk bisa mengarahkan anak remaja untuk memahami nilai, kesadaran dan control diri, agar mereka mampu bertahan dan tumbuh secara sehat dalam kehidupan digital dan sosial yang semakin dinamis.

7. Saran Untuk Ibu Yang Memiliki Remaja

Saran untuk ibu yang memiliki anak remaja merujuk kepada keenam informan memberikan beragam saran kepada sesama ibu yang sedang mendampingi anak khususnya fas-fase remaja 10-18 tahun. Saran tersebut dapat mencerminkan pentingnya peran orang tua sebagai pendamping yang adaptif dan emosional di tengah informasi digital yang bisa berpengaruh kehidupan sosial remaja.

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)

Kutipan wawancara dari informan 1, menunjukkan bahwa agar ibu mampu menjadi segala aspek bagi anak remaja, seperti dukungan sebagai temennya secara emosional, donator secara ekonomi, dan antar jemput sekolah secara kehadiran fisik. Selanjutnya terdapat tanggapan dari 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) Kutipan wawancara informan 2, menunjukkan bahwa lingkungan rumahnya harus sehat terlebih dahulu, maka mental anak juga akan sehat. Pendekatan yang dilakukan pun memberikan kepercayaan dan menjadikan ibu sebagai sahabatnya daripada menggurui, mendikte atau memojokkan. Selanjutnya tanggapan dari informan 3, menyarankan bahwa ibu harus bisa terapkan aturan dan penghargaan secara jelas kepada anak remaja. 112 “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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, menunjukkan bahwa langkah baiknya ibu mampu memberikan arahan betapa pentingnya nilai disiplin, dan keseimbangan antara kewajiban dan hak anak remaja terkait penggunaan gawai. Selain itu juga, bentuk apresiasi perlu diterapkan agar anak remaja merasa kontribusi yang telah dilakukan tetap termotivasi dan seimbang. Adapun pendapat lainnya dari 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 paka i ini lebih ke ngobrol sih ya pokoknya diskusi ya diskusi bareng ya ituu... (Informan

4, wawancara mendalam, 22 April 2025) Berbeda halnya dengan informan sebelumnya, bahwa informan 4 menunjukkan pentingnya informasi digital untuk edukasi dan bahan obrolan dengan anak remaja untuk melakukan diskusi atau aturan bersama, sehingga anak akan mengerti dan beradaptasi sesuai zamannya. Tanggapan berikutnya dari 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 113 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 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 (Informan 5, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Kutipan wawancara dari informan 5, menunjukkan bahwa keseimbangan antara informasi konten kesehatan mental dengan pendamping kondisi mental anak dapat berjalan selaras, guna memberikan masukan atau inspirasi dari pengalaman orang lain untuk diterapkan dalam kehidupan pribadi. Berbeda halnya dengan informan sebelumnya yang mengandalkan konten informasi di media sosial, 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 biasanya kamu menenangkan diri, itu salah satunya bikin hati kamu happy, sehat. sehat itu apa? biasanya 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 biasanya 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) Sementara itu, kutipan wawancara informan 6 menunjukkan bahwa pentingnya pendekatan yang secara menyeluruh terkait manajemen emosi untuk kesehatan mental dan fisik anak remaja. Menekankan pada rutinitas yang sehat setiap harinya, seperti dimulai dari bangun tidur minum air putih, olahraga pagi serta berusaha menghindari konten negatif di media sosial. 114 Berlandaskan uraian kutipan dari keenam informan ibu generasi X dan Y secara keseluruhan, menyimpulkan bahwa mayoritas informan menyarankan keterlibatan emosi, komunikasi terbuka, kedisiplinan dan edukasi secara langsung maupun melalui media sosial. Informan 4 dan 5, sangat mengandalkan konten informasi kesehatan mental untuk remaja sebagai arahan dan masukan yang adaptif di tengah perkembangan anak dan juga informasi digital. Tabel 4. 4 Pengalaman Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Deskripsi Informan #Informan 1 X (47 Tahun) #Informan 2 X (47 Tahun) #Informan 3 X (45 Tahun) #Informan 4 Y (35 Tahun) #Informan 5 Y (44 Tahun) #Informan 6 Y (42 Tahun) Latar belakang informan sejak dini 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) Penga



REPORT #27420161

laman pribadi terkait kesehatan mental. Hidup sederhana, tidak membebani orang lain. Belajar dari keluarga dengan latar belakang psikologis. Menjaga mental lewat bersosialisasi dan keagamaan. Memerlukan waktu sendiri untuk tidak stress dari bekerja. Tekanan peran bekerja, perempuan memengaruhi emosi diri. Menjaga stabilitas kebahagiaan untuk menciptakan keluarga harmonis. Nilai-nilai yang dianut. Mengutamakan nilai keterbukaan. Mengutamakan nilai Trust dibanding Mengutamakan nilai keseimbangan. Mengutamakan nilai control. Mengutamakan nilai religius. Mengutamakan nilai keteladanan. 115 Deskripsi Informan #Informan 1 X (47 Tahun) #Informan 2 X (47 Tahun) #Informan 3 X (45 Tahun) #Informan 4 Y (35 Tahun) #Informan 5 Y (44 Tahun) #Informan 6 Y (42 Tahun) dan kedekatan emosional dalam keluarga. Menjaga komunikasi langsung tanpa perlu medsos. Sikap otoriter kepada anak agar lebih tenang dan ketenangan mental ibu. Berusaha menerima zaman dengan realistis dan tidak hidup dalam ketakutan dan disiplin berbasis waktu dan kepentingan. Sesuai usia dan kebutuhan akses media sosial (membatasi) dan tanggung jawab pribadi. Pendekatan agama dan cinta diri untuk masa depan dalam keseharian. Seperti mengandalkan praktik langsung daripada teori. Relasi dengan anak 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. Tantangan dan kendala. 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 memanta u sepenuhnya (Ketika anak sudah mulai menolak untuk membata si konten dan pengguna an media sosial) Adanya tantanga n secara implisit untuk memasti kan dapat menduku ng aktivitas anak (gambar & menari) Tidak merasa ada tantangan besar, justru mengajak anak melalui pendekata n religius dan reflektif Harap an Infor man buat remaj a Remaja bisa menyadari konten yang belum sesuai umur dan belajar menyarin g sendiri Remaja punya “rem atau control diri, dibekali konten positif seperti podcast, agar bisa Remaja harus mempuny ai rasa solusi dan bukan hanya label pada dirinya. Tidak hanya Remaja boleh akses media sosial tapi tetap dibawah pengawas orang tua Remaja semakin dekat dengan agama sebagai peganga n ditengah permasal ahan Remaja bisa berada di lingkunga n yang positif, kar ena akan memberik an dampak baik bagi 116 Deskr ipsi Informan #Informa n 1 X (47 Tahun) #Infor ma n 2 X (47 Tahun) #Informa n 3 X (45 Tahun) #Informa n 4 Y (35 Tahun) #Inform an 5 Y (44 Tahun) #Informa n 6 Y (42 Tahun) membeda kan pengaruh baik dan buruk menerima informasi mentah tapi memaham i digital hidup mereka Saran untuk ibu yang memil iki remaj a Jadilah teman anak untuk mendampi ngi secara utuh (ekonomi, mental dan fisik) Bangun lingkunga n rumah tangga yang sehat dahulu Terapkan aturan dan reward secara jelas Lakukan pendekat an lewat diskusi dan obrolan santai (edukasi dan membuat aturan bersama) Ibu sebaikny a banyak membac a informas i di media sosial untuk mendapa t masukan yang relevan dalam menghad api anak Ajarkan kepada anak cara menenang kan diri saat drop mental (menjauhi konten negative, bangun aktivitas sehat olahraga) Sumber: Olahan Peneliti 4.1.4 Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial Setelah menguraikan kebiasaan penggunaan media sosial, pengetahuan dan pengalaman ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja, selanjutnya pada bagian ini, akan membahas secara lebih spesifik menganai klasifikasi informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Klasifikasi tersebut membahas terkait

karakteristik seperti media, isi, bentuk, jenis konten informasi kesehatan mental remaja yang informan temukan di media sosial. Sehingga peneliti dapat mengetahui 3 aspek persepsi ibu generasi X dan Y berdasarkan informasi kesehatan mental remaja di media sosial, yang bertujuan untuk menggambarkan bagaimana ibu generasi X dan Y memaknai, menilai kredibilitas serta relevansi dari informasi tersebut dalam konteks pemahaman dan pendamping mereka terhadap isu kesehatan mental remaja. Keenam informan 117 menjelaskan bentuk konten ideal, jenis konten ideal, Isi konten ideal, Media Informasi ideal, dan cara mengamati penggunaan media sosial anak remaja. 1. Bentuk Konten Ideal 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. Sasaran utama informasi dalam konteks penelitian ini adalah ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja. 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) Kutipan wawancara informan 1, menunjukkan bahwa video yang menunjukkan visualisasi kejadian nyata seperti ada contoh atau dampak langsung, lebih mudah di respon oleh anak remaja apabila nasihat lisan dari orang tua tidak di dengar. Adapun pendapat lainnya dari 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 sepintas itu aja sih. (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) 118 Berdasarkan kutipan wawancara informan 2, menunjukkan bahwa karena ada ketertarikan dari anak remaja nya yang gemar menonton podcast, sehingga informan menganggap video dinilai lebih menyentuh ke anak remaja. Tanggapan lainnya dari 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) Sementara itu, informan 3 sependapat dengan informan 2, menunjukkan bahwa informan melihat generasi muda menyukai bentuk konten berbasis audio-visual seperti podcast, meskipun penerimaannya berbeda-beda tergantung pada klasifikasi usia dan preferensi pribadi. Adapun tanggapan lainnya dari 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) Kutipan wawancara informan 4, menunjukkan bahwa durasi menjadi poin penting dalam kategori bentuk konten yang ideal untuk dikonsumsi. Selanjutnya pendapat dari 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) 119 Kutipan wawancara informan 5, menunjukkan bahwa anak remaja menyukai bentuk informasi yang mengandung elemen visual, dan menganggap podcast kurang karena hanya audio saja. Berlandaskan utaian kutipan wawancara dari keenam informan, bahwasannya dapat disimpulkan

informan 2, 3 dan 4 sepakat bentuk konten ideal adalah podcast yang menyajikan secara audio dan visual. Informan 1 dan 4, menganggap bentuk konten video yang mengutamakan visualisasi, ada bukti contoh dan dampak, informan 4 juga namun berfokus pada durasinya yang pendek. Secara keseluruhan, visualisasi, kedekatan isik konten dengan realita, serta efisiensi durasi menjadi hal yang ideal dalam menyampaikan informasi kesehatan mental remaja.

2. Jenis Konten Ideal Jenis konten ideal merujuk kepada isi atau topik konten kesehatan mental remaja lebih mengarah kepada kategori atau tujuan dari konten itu. 3 Bagaimana informasi kesehatan mental remaja di media sosial mudah disampaikan, diterima dan dipahami oleh remaja. Sasaran utama informasi dalam konteks penelitian ini adalah ibu generasi X dan Y yang memiliki anak remaja, sehingga bertujuan untuk menggali preferensi informan terhadap gaya penyampaian konten. Penentuan jenis konten menjadi penting agar komunikasi ibu dengan anak remaja terkait isu kesehatan mental dapat efektif dan meningkatkan kesadaran dalam memahami isu tersebut. 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 120 apapun. Itu harus diedukasi (Informan 1, wawancara mendalam, 21 April 2025) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, menunjukkan pentingnya dalam merancang gaya penyampaian yang memberikan dampak membangun bagi anak remaja. Karena audiensnya bukan hanya orang dewasa melainkan anak remaja, sehingga konten perlu ditutup dengan pesan positif saja. Selanjutnya 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) Kutipan wawancara dari informan 2, menunjukkan bahwa pentingnya konten yang tidak perlu formal atau monoton, melainkan menggunakan bahasa yang santai dan bersahabat agar anak remaja merasa kehadirannya di dengar melalui keterlibatan emosional. Selanjutnya, 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 3, menunjukkan bahwa opini dari otoritas keilmuan perspektif praktisi kesehatan berperan penting agar menangkap cara berpikir logika anak remaja. Tanggapan lainnya dari informan 4, menyatakan bahwa 121 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) Kutipan wawancara informan 4, menunjukkan bahwa umumnya remaja menyukai konten yang bersifat ringkas, jelas dengan narasi yang tidak terlalu panjang agar langsung ke inti pesan. Selanjutnya pendapat dari 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 5, menunjukkan bahwa dirinya memahami jika anak remajanya sangat menyukai konten dalam bentuk ilustrasi seperti cerita animasi, oleh karena itu informan menganggap gaya penyajian tersebut sesuai dengan selera visual anak masa kini. Berlandaskan uraian kutipan wawancara dapat disimpulkan bahwasannya mayoritas informan sepekat dengan jenis konten yang menekankan sensitivitas terhadap usia remaja, tidak monoton atau formal serta mengedepankan nilai edukasi secara menarik sesuai dengan zamannya. 3. Isi Konten Ideal 122 Isi konten ideal merujuk kepada bagaimana konten kesehatan mental sebaiknya disusun agar pesan yang disampaikan melalui media sosial dapat diterima dengan jelas oleh remaja. Dalam konteks penelitian ini, mempertimbangkan sudut pandang kalangan ibu generasi X dan Y. 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) Berdasarkan kutipan wawancara informan 1, menunjukkan bahwa pentingnya isi pesan yang factual dan berbasis bukti konkret, agar anak remaja tidak menerima informasi hoaks sehingga bisa membedakan konten yang dipercaya dengan konten yang bersifat menghibur. Selanjutnya pendapat lainnya dari 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 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 (Informan 2, wawancara mendalam, 14 Mei 2025) Kutipan wawancara oleh informan 2, menunjukkan bahwa pendekatan ringan namun menyentuh menjadi poin penting dalam mengemas sebuah isi pesan, informan berpendapat bahwa anak remajanya menonton podcast yang bersifat bebas dan 123 dialog, akan membuat remaja bisa mengekspresikan pendapat dan perasannya. Selanjutnya tanggapan lainnya dari 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 3 menunjukkan isi pesan yang bersifat eksplorasi dalam terkait isu kesehatan mental dengan durasi yang panjang dengan berbagai sudut pandang, akan memberikan informasi yang efektif. Berbeda halnya dengan informan sebelumnya, 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) Sementara itu, informan 4 menunjukkan bahwa isi pesan yang ideal adalah maksimal 1 menit dengan narasi yang bersumber pada kejadian nyata dalam kehidupan sehari-hari lebih efektif disampaikan

REPORT #27420161

untuk remaja. Adapun tanggapan lainnya dari informan 5 sependapat dengan informan 4, menyatakan bahwa isi pesan berupa contoh yang berkaitan dengan yang dialami oleh remaja, seperti penjelasan singkat dan narasi “orang tua marah bukan karena benci, tapi karena sayang . 124 “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) Kutipan wawancara informan 5, menilai bahwa isi pesan yang cenderung berdurasi pendek dengan unsur visual dan kejadian serupa sangat efektif untuk disampaikan kepada remaja. Tanggapan lainnya dari 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)” Kutipan wawancara dari informan 6, menunjukkan bahwa memang idealnya langsung mencari orang yang berkompetensi di bidang kesehatan mental, informan meyakini hal yang akan dibicarakan jauh lebih valid dan memang terbukti orang tersebut memiliki kompeten agar informasi yang diserap dapat dipercaya. Berdasarkan uraian kutipan wawancara dari keenam informan, dapat disimpulkan bahwasannya isi konten kesehatan mental yang ideal bagi remaja adalah konten bersifat fakta, berbasis data bukti, dan disampaikan oleh pihak yang berkompeten dibidang kesehatan mental. Selain itu juga, informan 2, 3 dan 5, memiliki kesamaan dalam gaya penyampaian yang dianggap berkaitan dengan kehidupan sehari-hari yang dialami oleh anak remaja. Tabel 4. 5

Informasi Kesehatan Mental Remaja di Media Sosial 125 Deskripsi
Informan #Informan 1 X (47 Tahun) #Informan 2 X (47 Tahun) #Informan 3 X (45 Tahun) #Informan 4 Y (35 Tahun) #Informan 5

REPORT #27420161

Y (44 Tahun) #Informan 6 Y (42 Tahun) Bentuk Konten Ideal Video pendek reels untuk menunjukkan bukti contoh nyata kepada anak remaja apabila respon nasihat lisan tidak didengar. Video dinilai lebih mengenai keanakremaja, melihat anaknya suka nonton podcast tergantung generasi, namun minimal anak remaja perlu konten secara audiovisual seperti podcast, biarpun melihat sepenggal doang Podcast dan video pendek lebih ideal, durasi singkat lebih mudah dikonsumsi remaja Video berupa audiovisual seperti animasi, daripada podcast hanya mendengarkan - Jenis Konten ideal Konten harus edukatif dan sensitive. Ada unsur pesan positif, harapannya anak remaja tidak merasa cemas Konten tidak terlalu formal atau monoton. Dikemas secara informatif tapi menghibur Sebaiknya disampaikan oleh praktisi kesehatan seperti dokter atau psikolog yang kredibel, logis & terpercaya Konten singkat, padat, jelas, seperti tips and trik langsung ke inti pesan, narasi diperlukan tapi tidak bertele-tele Konten ada unsur visual seperti gambar, ilustrasi, anime agar menarik seperti pengalaman hidup - Isi Konten ideal 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 Sumber; Olahan Peneliti

126 4.1.5 Persepsi Ibu Generasi X dan Y Terkait Informasi Kesehatan Mental Remaja Di Media Sosial Dalam penelitian ini, persepsi dianalisis melalui tiga tahap utama, yaitu pemilihan informasi (Seleksi), pengaturan informasi (Organisasi) dan penafsiran informasi (Interpretasi) mengenai pengetahuan ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial (Griffin et al., 2019). Selain itu juga,

persepsi dipengaruhi oleh seberapa besar perhatian ibu terhadap perilaku remajanya (atensi), harapan mengenai perkembangan anak (Ekspektasi), dan dorongan internal sebagai individu maupun ibu (Motivasi) dari pengalaman ibu generasi X dan Y mengenai informasi kesehatan mental remaja. Kerangka berpikir tersebut digunakan untuk menyusun aspek persepsi yang diperoleh informan dari informasi kesehatan mental remaja yang dijumpai di media sosial (Instagram, Tiktok, Youtube, Facebook).

1. Seleksi, Organisasi, Interpretasi Informasi Kesehatan Mental Remaja Ibu Generasi X cenderung memiliki pandangan yang pasif dan reaktif terkait informasi kesehatan mental remaja. Ketiga informan tidak mencari informasi tersebut secara aktif, melainkan jika merasa berada di situasi mendesak atau masalah nyata di dalam keluarga. Informasi yang muncul di platform media sosial dianggap hanya sebagai tambahan informasi, contohnya seperti dampak yang dapat memengaruhi kesehatan mental apabila ucapan lisan tidak dipahami oleh anak remaja dan bukan sebagai sumber utama dalam mencari atau mendukung kondisi mental anak remaja.

127 Dalam proses memilih (seleksi), ketiga informan seringkali mengabaikan konten yang bersifat negatif, asing atau bertentangan dengan keyakinan individu. **16** Hal tersebut tergambar oleh 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) Selanjutnya Proses organisasi informasi pun berlangsung minim pada ibu generasi X, pengetahuan tidak di eksplorasi secara mendalam dan lebih sering dirasakan hanya sepintas saja, apabila anak remaja memiliki masalah pada kondisi psikologisnya. **16** Hal tersebut tergambar oleh 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) Lalu interpretasi yang muncul dari kalangan ibu generasi X menunjukkan kekhawatiran atau ketidakpastian mengenai efek negatif dari media sosial terhadap kestabilan emosional

anak remaja. Hal tersebut tergambar oleh 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) Sehingga kalangan ibu generasi X, apabila dibandingkan dengan mencari data informasi kesehatan mental remaja dari platform media sosial, ibu-ibu dari kalangan generasi X 128 cenderung memberikan nasihat emosional dalam mendidik anak-anak mereka. Mereka berkeyakinan bahwa metode tersebut lebih sesuai dengan prinsip-prinsip yang mereka pegang serta menciptakan hubungan yang lebih kuat dengan anak daripada informasi dari dunia digital yang sering kali bersifat sepihak dan tidak memiliki batasan. Sebaliknya, Ibu generasi Y lebih aktif, fleksibel, dan reflektif dengan informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Ketiga informan secara sadar memilih (seleksi) untuk mengakses konten yang relevan dengan masalah psikologis pada diri sendiri dan keseharian anak, seperti video pendek di media sosial Instagram dan Tiktok. Hal tersebut tergambar oleh pernyataan dari informan 4, sebagai kalangan ibu generasi Y. “Buat anak 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) Selanjutnya Informasi kesehatan mental remaja dari kalangan ibu generasi Y, disusun (organisasi) untuk berbicara dengan anak, menawarkan inspirasi serta referensi dalam memahami dinamika emosional pada diri sendiri dan remaja. Hal tersebut tergambar oleh 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) Selanjutnya selama proses interpretasi, data media sosial dipahami sebagai dukungan emosional dan edukatif yang dapat memperkuat hubungan ibu dengan anak, contohnya seperti ibu 129 memahami jika dirinya stress maka akan berpengaruh kepada kondisi mental anak. Hal tersebut tergambar oleh pernyataan dari informan 6, sebagai kalangan ibu generasi Y. “Karena aku balik lagi, ke anak-anak itu tidak menjadikan mereka tuh, ya kalau dibilang tidak ada jarak lah ya (Informan 6, wawancara mendalam, 17 Mei 2025) Dapat disimpulkan, ibu generasi Y pada umumnya aktif dan memiliki literasi digital yang lebih baik, dan cenderung mengikuti update terbaru yang relevan dengan kehidupan sehari-hari termasuk soal anak remaja. Selain itu, ibu generasi Y juga memandang media sosial sebagai cara ibu untuk melihat dunia anak remaja dan membangun ruang komunikasi terbuka untuk mencari atau mendukung kondisi mental anak remaja. 2. Atensi, Ekspektasi, Motivasi Informasi Kesehatan Mental Remaja Ibu dari generasi X cenderung hanya memperhatikan informasi tentang kesehatan mental di platform media sosial ketika anak-anak mereka menunjukkan gejala masalah yang serius atau situasi yang dianggap mendesak. Hal tersebut selaras dengan nilai-nilai pengasuhan yang mereka pegang. 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) Selanjutnya Ibu dari generasi X mengharapkan (Ekspektasi) bahwa remaja dapat membedakan informasi secara mandiri dan menggunakan nilai-nilai moral yang telah 130 ditanamkan sebelumnya untuk menghadapi kesehatan mental. Mereka berharap anak-anak dapat melindungi diri dari konten yang tidak baik tanpa perlu pengawasan atau pengarahan terus- menerus. Pandangan tersebut sejalan dengan 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) Selanjutnya Motivasi para ibu dari generasi X dalam mencari serta menghadapi informasi mengenai kesehatan mental remaja umumnya berasal dari nilai-nilai dalam keluarga dan pengalaman hidup yang telah mereka alami. Mereka percaya bahwa fondasi nilai yang telah ditanamkan sejak kecil, serta cara pengasuhan yang diwariskan oleh generasi sebelumnya, sudah mencukupi untuk menjadi acuan dalam mendampingi anak-anak mereka selama masa remaja. Hal tersebut tergambar melalui 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) Sebaliknya para ibu dari generasi Y menunjukkan pendekatan yang lebih aktif dan peka dalam mengamati perubahan emosi pada anak remaja mereka. Penggunaan media sosial sebagai sarana untuk memahami kondisi psikologis anak dan untuk memperkuat hubungan komunikasi. Hal tersebut tergambar melalui pernyataan dari informan 5, sebagai ibu kalangan generasi Y 131 “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) Selanjutnya Ibu dari generasi Y memiliki ekspektasi bahwa anak remaja tetap memerlukan dukungan emosional dan intelektual, terutama saat mengakses berbagai konten digital. Mereka memahami bahwa media sosial merupakan elemen yang tidak terpisahkan dari kehidupan remaja, Hal tersebut tergambar dari 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) Selanjutnya ibu dari generasi Y menunjukkan motivasi bahwa betapa pentingnya meningkatkan diri untuk tetap hadir dan memiliki keterikatan emosional dengan anak remajanya. Hal ini bukan hanya dipicu oleh tuntutan zaman, namun karena mereka menganggap hubungan antara ibu dan anak sebagai sesuatu yang perlu dibangun secara timbal balik, dengan pendekatan yang setara dan saling memahami. Hal tersebut tergambar melalui 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 gtuu. Itu sih lebih ke fungsi itu sih (Informan 4, wawancara mendalam, 22 April 2025) Melalui persepsi antara generasi X dan Y menunjukkan bahwa, meskipun keduanya menunjukkan adanya bentuk 132 perhatian tentang kondisi mental anak remaja, namun keduanya bertindak dan memaknai informasi dengan cara yang berbeda. Ibu generasi X lebih protektif dan skeptis, bahwa media sosial harus dibatasi, dengan keyakinan bahwa ibu sebagai penjaga yang bertanggung jawab dari pengaruh buruk luar termasuk penggunaan media sosial pada anak remaja. Sementara itu, ibu generasi Y lebih reflektif dan bekerja sama menggunakan media sosial sebagai alat untuk membantu dalam mendidik anak remaja. Mereka tidak hanya mengonsumsi informasi, tetapi juga menggunakannya untuk berbicara dan berhubungan dengan anak remaja. Kedua metode tersebut mencerminkan sifat dari masing-masing individu dalam menanggapi masalah informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Tabel 4. 6 Persepsi antara Ibu generasi X dan Y Deskripsi Ibu Generasi X Ibu generasi Y Seleksi Informasi Pasif, hanya mengakses saat butuh Aktif memilih konten yang relevan Organisasi Informasi Minim, tidak terlalu menyaring informasi kesehatan mental remaja Digunakan sebagai inspirasi dan bahan diskusi dengan anak remaja Interpretasi Waspada mengenai konten yang berpengaruh negatif

Reflektif mengenai konten yang memiliki peluang pendekatan emosional Atensi Fokus saat anak terlihat bermasalah Terlibat secara rutin dan observative Ekspektasi Anak bisa memilah sendiri Anak perlu didampingi dan diajak berdialog Motivasi Menjaga nilai-nilai keluarga Jadi ibu yang update dan relevan secara digital Informasi Kesehatan Mental Remaja Yang Video edukatif, agama, Video pendek, 133 Ideal praktis storytelling. Sumber: Olahan Peneliti Temuan Menarik 1. Persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial dipengaruhi oleh tingkat kebiasaan dalam penggunaan media sosial, pengetahuan mengenai kesehatan mental, pengalaman hidup terkait kesehatan mental, dan nilai-nilai yang dianut. Berdasarkan hasil penjabaran mengenai persepsi ibu generasi X dan Y terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial, Hasil penjabaran tentang bagaimana ibu generasi X dan Y melihat informasi kesehatan mental remaja di media sosial menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam cara kedua generasi ini menggunakan media sosial sebagai sumber informasi. Ibu dari generasi X, yang biasanya dianggap sebagai digital immigrant, menggunakan media sosial seperti YouTube, Instagram, Tiktok dan Facebook dengan lebih hati-hati, selektif, dan terarah. Mereka lebih cenderung menggunakan media sosial untuk kebutuhan khusus yang terkait dengan situasi yang mereka hadapi daripada untuk tujuan yang luas. Media ini digunakan secara pasif, artinya mereka hanya dapat mengakses informasi saat diperlukan, bukan sebagai rutinitas harian atau referensi utama. Selain itu, ibu generasi X menunjukkan sikap reaktif, yang berarti hanya memperhatikan konten yang muncul di media sosial dan ingin memastikan apakah informasi tersebut benar sebelum mempercayainya. Ketidakpercayaan terhadap narasi kesehatan mental yang tersebar luas di media sosial, terutama karena banyaknya konten yang tidak jelas dan tidak terverifikasi. Faktor psikologis dan sosial ibu generasi X sangat memengaruhi 134 kewaspadaan dan skeptisisme. Selain itu, elemen sosial seperti pengalaman hidup dalam keseharian, tanggung jawab sebagai orang tua atau ibu, dan prinsip pengasuhan

konservatif memengaruhi bagaimana mereka mengakses dan memahami masalah kesehatan mental anak remaja. Berbeda dengan ibu generasi Y, sebagai digital native atau generasi yang tumbuh bersama dengan kemajuan teknologi digital. Mereka menunjukkan cara menggunakan media sosial yang lebih terbuka, eksploratif, dan fleksibel. Instagram dan TikTok adalah platform yang digunakan secara aktif untuk mencari informasi sehari-hari, termasuk konten yang berkaitan dengan kesehatan mental remaja. Pola ini menunjukkan bahwa ibu generasi Y menggunakan media digital tidak hanya untuk mendapatkan informasi, tetapi juga untuk berpikir reflektif dan introspektif tentang kondisi psikologis anak remaja. Mereka cenderung memikirkan diri mereka sendiri tentang pengalaman yang mereka alami, serta cerita yang mereka temukan di media sosial, dan menggunakannya sebagai subjek untuk diskusi atau perenungan. Selain itu, ibu generasi Y cenderung "update" atau terbuka terhadap tren dan perkembangan terbaru dalam kesehatan mental, dan cenderung mengikuti akun atau konten yang secara teratur membahas topik ini. Ibu generasi Y juga sering menggunakan media sosial karena kebutuhan akan koneksi emosional dan sosial. Mereka sering merasa bahwa media sosial memberi kesempatan untuk bertukar pengalaman, mendapatkan dukungan emosional, atau menemukan konten yang memiliki pengalaman yang serupa. Dapat dikatakan media sosial lebih dari sekadar alat untuk menyebarkan informasi, namun merupakan tempat interaksi sosial yang memungkinkan orang untuk lebih memahami masalah kesehatan mental anak remaja. 135 Konsep penggunaan (Uses) dalam teori Uses and Gratification, sejalan dengan perbedaan cara ibu generasi X dan Y menggunakan media sosial. Teori ini menekankan bahwa pengguna media proaktif dan selektif, memilih media tertentu berdasarkan kebutuhan sosial, psikologis, atau personal mereka (Griffin et al., 2019). Dalam hal ini, ibu generasi X dan Y dalam menggunakan media sosial, memiliki berbagai alasan, tetapi semuanya berpusat pada keinginan untuk membantu proses pengasuhan dan pengambilan keputusan terkait kesehatan mental anak remaja. Ibu generasi X lebih menekankan pada

kontrol dan kebenaran informasi, sementara ibu generasi Y lebih menekankan pada kemudahan akses, koneksi, dan pembaharuan informasi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa meskipun kedua generasi sama-sama menggunakan media sosial, namun pola penggunaan, sikap terhadap konten, dan kebutuhan informasi dasar sangat berbeda. Hal tersebut menunjukkan bahwa perbedaan generasi tidak hanya memengaruhi pola konsumsi media, tetapi juga cara berpikir dan menangani masalah krusial seperti kesehatan mental pada remaja.

136 BAB V PENUTUP 5.1 Kesimpulan Tujuan utama penelitian ini adalah mendeskripsikan persepsi kalangan ibu generasi X dan Y daerah Jabodetabek terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Penting dan menarik melakukan penelitian ini dikarenakan dalam kurun waktu lima tahun terakhir terjadi peningkatan kasus kesehatan mental di kalangan remaja Indonesia. Kalangan orang tua khususnya ibu memiliki peran penting terkait pencarian informasi kesehatan mental untuk remaja di media, khususnya media sosial. Oleh karena media sosial dan platform digital menjadi saluran penting bagi mereka dalam mendapatkan informasi dan dukungan terkait kesehatan mental anak remaja. Sehingga secara umum hasil penelitian memberikan gambaran terkait media apa saja yang digunakan dalam mencari informasi kesehatan mental remaja, hal ini meliputi konten informasi dan bentuk informasi yang disajikan oleh media sosial menurut persepsi kalangan ibu dari generasi X dan Y. Informan dalam penelitian ini secara khusus diambil dari dua generasi, yakni generasi X dan generasi Y. Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran perbedaan persepsi kalangan ibu generasi X (digital immigrant) dibandingkan dengan persepsi kalangan ibu generasi Y (digital native) terkait dengan pencarian dan penggunaan informasi kesehatan mental remaja selama ini. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara secara langsung pada keenam informan ibu. Wawancara dilakukan antara bulan April-Juni 2025. Dalam penelitian ini, dari 6 orang informan, 3 diantaranya merupakan kalangan generasi X dan selebihnya dari kalangan generasi Y. Adapun usia ibu dari 137 kalangan generasi X antara 45-47 tahun, sementara ibu gen Y antara 35-44

tahun. Secara umum karakteristik informan penelitian ini homogen, terutama bila dikaitkan dengan tingkat pendidikan, pekerjaan maupun SES. Begitu halnya dengan usia anak remaja yang mereka miliki, berkisar antara 10-18 tahun. Hal ini diasumsikan turut mempengaruhi banyaknya kesamaan persepsi terkait informasi kesehatan mental remaja yang diperoleh baik dari kalangan generasi X maupun Y. Sejumlah temuan utama penelitian ini antara lain pertama, terkait dengan cara ibu dalam menggunakan media sosial sebagai saluran tempat mencari informasi kesehatan mental remaja, terdapat perbedaan antara generasi X dan Y. Kalangan ibu generasi X lebih sering mengaksesnya secara pasif, artinya mereka hanya memperhatikan beranda media sosial tanpa berusaha mencari tahu lebih mendalam terkait konten kesehatan mental remaja ataupun berinteraksi dengan pengelola akun-akun media sosial penyedia informasi tersebut. Berbeda dengan ibu generasi Y yang justru aktif dalam mencari dan memanfaatkan konten yang berisi informasi kesehatan mental remaja. Kalangan ibu generasi Y cenderung tidak hanya mencari tapi juga menyimpan bahkan membagikan konten-konten yang didalamnya berisi informasi kesehatan mental remaja. Alasannya, agar dapat mereka gunakan saat berdiskusi terkait isu kesehatan mental dengan anak remaja mereka. Kedua, adanya perbedaan persepsi terkait dengan istilah dan ruang lingkup pemahaman kesehatan mental remaja antara ibu generasi X dan generasi Y. Ibu dari kalangan generasi X menganggap kesehatan mental sebagai hal yang terkait dengan istilah medis atau bersifat reaktif memandang situasi apabila ada pemicu atau mendesak, bukan karena kesadaran sejak awal. Menurut mereka kesehatan mental seringkali mereka pahami 138 terkait dengan istilah ADHD, sakit mental depresi, trauma dan sejenisnya. Sementara ibu dari kalangan generasi Y justru menganggap kesehatan mental itu sebagai hal yang terkait dengan kehidupan keseharian atau bersifat reflektif memandang dengan penuh pertimbangan dan mendalam, seperti healing , self reward serta tips ringan seputar menjaga psikologis. Ketiga, keenam informan menggunakan sejumlah platform media sosial dalam mencari informasi terkait

kesehatan mental remaja. Dari berbagai platform media sosial yang menyajikan informasi kesehatan mental remaja, berdasarkan penelitian ini, terdapat 4 yang mereka gunakan, yakni Facebook, Instagram, TikTok dan Youtube. Diantara keempatnya, urutan penggunaannya, Instagram, TikTok, Youtube merupakan media sosial yang paling sering mereka gunakan untuk mencari informasi terkait konten kesehatan mental remaja. Alasannya karena ketiga media tersebut mudah diakses, memiliki visualisasi yang menarik serta memiliki format konten yang mudah dipahami. Disamping itu, Facebook yang selama ini identik dengan kalangan generasi X, dalam penelitian ini ternyata masih digunakan sebagai media untuk mencari informasi terkait kesehatan mental remaja oleh ibu generasi X. Sehingga, terkait dengan jenis media sosial yang digunakan, tidak banyak perbedaan diantara ibu kalangan generasi X dan generasi Y. Keempat, persepsi kalangan ibu terhadap konten kesehatan mental remaja yang ditampilkan di berbagai media sosial, khususnya di media sosial Instagram, TikTok dan Youtube sesuai dengan media yang digunakan dalam penelitian ini, terdapat pandangan yang berbeda. Sebagian besar kalangan ibu generasi X merasa konten kesehatan mental yang selama ini mereka temui dianggap terlalu sulit dipahami, sehingga berpikir skeptis karena banyak menggunakan istilah yang terkait medis, 139 seperti brain rot, post power syndrome dan sejenisnya. Disamping itu, seringkali konten kesehatan mental remaja, berisi informasi yang kurang serius, sehingga kurang berfaedah, jauh dari harapan awal mereka. Beda halnya dengan persepsi kalangan ibu generasi Y yang justru merasa konten kesehatan mental remaja selama ini yang ada di media sosial cukup membantu dan bisa sesuai dengan ekspektasi mereka, karena informasi disampaikan dengan cara sederhana sehingga mudah dipahami.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis Pertama, bila dalam penelitian ini memilih informan penelitian individual, yakni kalangan ibu, maka penelitian berikutnya dapat menggunakan informan pasangan, baik orang tua yang terdiri dari ayah dan ibu, maupun antara ibu/bapak dan anak remaja. Untuk mengetahui persepsi keduanya terkait dengan informasi

kesehatan mental remaja di media sosial. Sehingga temuan penelitian dapat lebih bersifat komprehensif karena diperoleh dari pihak-pihak yang terlibat dengan informasi kesehatan mental remaja. Kedua, kedepannya bisa memilih daerah rural sebagai lokasi penelitian, agar temuan penelitiannya dapat dibandingkan dengan hasil temuan penelitian kali ini yang memilih mengambil wilayah urban. Tentu saja diasumsikan terdapat perbedaan karakteristik daerah urban dan rural dikaitkan dengan penggunaan media sosial sebagai saluran yang digunakan untuk mengakses informasi kesehatan mental remaja. Ketiga, bila penelitian ini memperkaya penggunaan konsep konsep dalam konteks komunikasi digital, teori Uses and Gratification dan konsep karakteristik generasi X dan Y, maka kedepannya dapat dipertimbangkan untuk menggunakan salah 140 satu teori persuasi, yakni model ELM dari Petty Cacioppo untuk mengetahui proses pengolahan informasi kesehatan mental yang diterima dari media sosial di kalangan ibu. Sehingga dapat diketahui bagaimana ibu memproses informasi kesehatan mental yang diterimanya, apakah cenderung melalui rute sentral atau perifer. Termasuk informasi kesehatan mental dalam bentuk seperti apa yang diproses melalui rute sentral maupun perifer. Keempat, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa empat media sosial yang digunakan kalangan ibu sebagai informan penelitian adalah Instagram, Facebook, TikTok dan Youtube. Penelitian berikutnya dapat memilih media sosial lain untuk dijadikan sebagai saluran informasi terkait kesehatan mental remaja bagi kalangan informan penelitian. Agar dapat diperoleh gambaran komprehensif apa saja media sosial yang digunakan berbagai kalangan untuk mendapatkan informasi kesehatan mental remaja. Kelima, temuan penelitian ini dapat dikembangkan kedalam penelitian digital parenting mediation di kalangan ibu terkait dengan isu kesehatan mental remaja. Sehingga dapat diperoleh gambaran komprehensif bagaimana kalangan ibu generasi X dan Y dalam melakukan parenting mediation pada anak remaja mereka.

5.2.2 Saran Praktis Pertama, menjadi masukan bagi kalangan orang tua dalam mencari informasi terkait kesehatan mental remaja. Temuan penelitian ini

REPORT #27420161

menunjukkan Instagram, Facebook, Tiktok dan Youtube sebagai media yang digunakan dalam mencari informasi kesehatan mental remaja. Perbedaan karakteristik jenis media yang digunakan akan mempengaruhi cara penggunaan informasinya. Begitu pula adanya perbedaan karakteristik orang 141 tua berdasarkan usia, akan mempengaruhi cara mereka mengakses serta menggunakan informasi. Kedua, menjadi masukan pada media provider informasi terkait kesehatan mental remaja. Dengan berfokus pada informasi kesehatan mental remaja seperti apa yang digunakan dan dibutuhkan oleh kalangan orang tua maupun caregiver remaja. Masukan tersebut berguna untuk pengemasan konten kesehatan mental yang akan ditampilkan masing-masing jenis media sosial. Pengelola akun media sosial yang menyediakan informasi kesehatan mental remaja dapat mempertimbangkan sejumlah masukan yang berasal dari temuan penelitian ini. 142



REPORT #27420161

Results

Sources that matched your submitted document.

● IDENTICAL ● CHANGED TEXT

INTERNET SOURCE		
1.	0.22% media.neliti.com	●
	https://media.neliti.com/media/publications/439756-none-637a688c.pdf	
INTERNET SOURCE		
2.	0.2% dinastirev.org	●
	https://dinastirev.org/JMPIS/article/download/2520/1481/9269	
INTERNET SOURCE		
3.	0.15% eprints2.undip.ac.id	●
	https://eprints2.undip.ac.id/8567/2/BAB%20I%20-%20Dyah%20Ayu%20Rahmas...	
INTERNET SOURCE		
4.	0.13% eprints.upj.ac.id	●
	https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9242/11/10.%20BAB%203.pdf	
INTERNET SOURCE		
5.	0.11% repository.uin-suska.ac.id	● ●
	http://repository.uin-suska.ac.id/86107/2/skripsi%20lengkap%20kecuali%20bab..	
INTERNET SOURCE		
6.	0.1% repository.unja.ac.id	●
	https://repository.unja.ac.id/73420/2/BAB%20I.pdf	
INTERNET SOURCE		
7.	0.1% media.neliti.com	●
	https://media.neliti.com/media/publications/228091-potret-media-informasi-ke...	
INTERNET SOURCE		
8.	0.1% repository.radenfatah.ac.id	●
	https://repository.radenfatah.ac.id/6950/3/Skripsi%20BAB%20III.pdf	
INTERNET SOURCE		
9.	0.1% elibrary.unikom.ac.id	●
	https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/5798/7/UNIKOM_Vinny%20Anggraeni_BA..	



REPORT #27420161

INTERNET SOURCE		
10.	0.09% repository.upi.edu http://repository.upi.edu/122514/4/T_PAUD_2208127_Chapter%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
11.	0.09% repository.ub.ac.id https://repository.ub.ac.id/6268/1/KOMANG%20YUKI%20MARIANITHA%20TANT...	●
INTERNET SOURCE		
12.	0.08% www.alomedika.com https://www.alomedika.com/perkembangan-dan-permasalahan-kesehatan-seb...	●
INTERNET SOURCE		
13.	0.08% download.garuda.kemdikbud.go.id http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3301520&val=289...	●
INTERNET SOURCE		
14.	0.07% eprints.ums.ac.id https://eprints.ums.ac.id/30462/2/BAB_I.pdf	●
INTERNET SOURCE		
15.	0.07% uin-malang.ac.id https://uin-malang.ac.id/r/110601/metode-pengumpulan-data-penelitian-kualit...	●
INTERNET SOURCE		
16.	0.07% ejurnal.upnb.ac.id https://ejurnal.upnb.ac.id/index.php/JKPN/article/download/789/pdf/2737	●
INTERNET SOURCE		
17.	0.07% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/3037/11/BAB%20II.pdf	●
INTERNET SOURCE		
18.	0.07% eprints.uad.ac.id https://eprints.uad.ac.id/41924/1/Buku%20Ajar%20Penelitian%20Kualitatif%20...	●
INTERNET SOURCE		
19.	0.06% www.academia.edu https://www.academia.edu/81675798/GENERASI_MILENIAL_DAN_MODERASI_BE..	●
INTERNET SOURCE		
20.	0.06% repository.stitmadani.ac.id https://repository.stitmadani.ac.id/129/2/BAB%20I.pdf	●



REPORT #27420161

INTERNET SOURCE		
21.	0.06% repositori.uin-alauddin.ac.id https://repositori.uin-alauddin.ac.id/17733/1/Heru%20Prasetyo.pdf	●
INTERNET SOURCE		
22.	0.06% womens-wellbeing-and-mental-health.com https://womens-wellbeing-and-mental-health.com/	●
INTERNET SOURCE		
23.	0.05% eskripsi.usm.ac.id https://eskripsi.usm.ac.id/files/skripsi/G31A/2020/G.311.20.0035/G.311.20.0035-...	●
INTERNET SOURCE		
24.	0.05% kegiatan.pkimuin-suka.ac.id https://kegiatan.pkimuin-suka.ac.id/single/pentingnya-mengetahui-perbedaan-...	●
INTERNET SOURCE		
25.	0.04% agribisnis.uma.ac.id https://agribisnis.uma.ac.id/2023/01/13/teknik-pengumpulan-data/	●
INTERNET SOURCE		
26.	0.04% proceeding.unesa.ac.id https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/download/3885/1148/171..	●
INTERNET SOURCE		
27.	0.04% ejournal.unida.gontor.ac.id https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/ettisal/article/view/7687	●
INTERNET SOURCE		
28.	0.04% etheses.uin-malang.ac.id http://etheses.uin-malang.ac.id/782/7/10410133%20Bab%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
29.	0.04% lppm.itk.ac.id https://lppm.itk.ac.id/detail-hasil-penelitian/menuju-smart-economy-studi-peng...	●
INTERNET SOURCE		
30.	0.04% diksima.pubmedia.id https://diksima.pubmedia.id/index.php/diksima/article/download/108/140/255	●
INTERNET SOURCE		
31.	0.04% repository.ar-raniry.ac.id https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/15575/1/Nisa%20Lestari,%201503050..	●



REPORT #27420161

INTERNET SOURCE

32. **0.04%** eprints.upj.ac.id

<https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/2784/10/10.%20BAB%20III.pdf>



INTERNET SOURCE

33. **0.04%** journal.iapa.or.id

<https://journal.iapa.or.id/proceedings/article/download/1082/479/>



INTERNET SOURCE

34. **0.03%** eprints.ums.ac.id

<https://eprints.ums.ac.id/92203/3/Naskah%20Publikasi.pdf>



INTERNET SOURCE

35. **0.01%** repository.upi.edu

http://repository.upi.edu/86587/4/S_SOS_1807535_Chapter%203.pdf



● QUOTES

INTERNET SOURCE

1. **0.03%** ejournal.unida.gontor.ac.id

<https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/ettisal/article/view/7687>