

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian



Gambar 4. 1. Logo MenjadiManusia (www.MenjadiManusia.id)

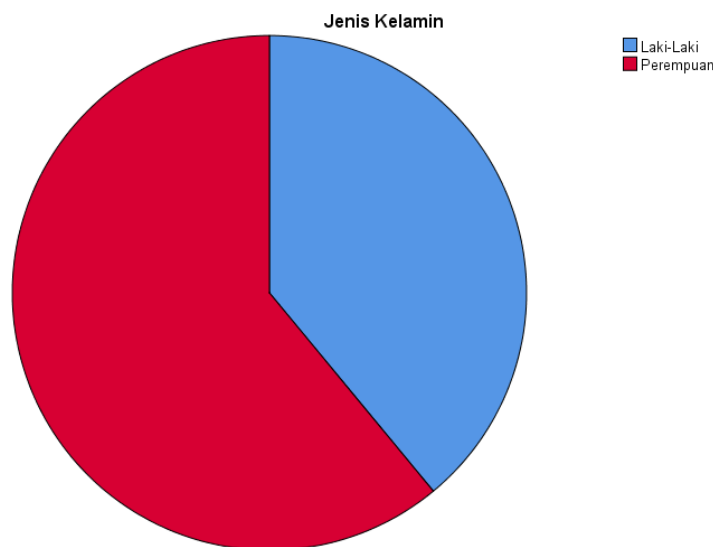
MenjadiManusia.id terbentuk pada bulan Juli tahun 2018 yang dibentuk oleh Rhaka Ghanisatria berdasarkan dari pengalaman yang telah dilaluinya di masa lampau mengenai gangguan mental. Tujuan dibuatnya MenjadiManusia.id ini diperuntukan untuk menyadarkan serta mengedukasi masyarakat luas agar peduli akan kesehatan mental mereka dan lingkungan sekitarnya. Sehingga stigma negatif masyarakat mengenai gangguan mental itu berubah menjadi lebih baik. Dalam akun ini, berbagai macam konten meliputi foto, *slideshow*, video dan audiovisual yang berisikan pengalaman orang dalam menghadapi masalah yang berpotensi mengganggu kesehatan mental ataupun tips agar tetap menjaga kesehatan mental mereka.

Topik mengenai kesehatan mental merupakan salah satu hal krusial dalam kehidupan seseorang karena bila dipandang sebelah mata terus-menerus maka dapat berpengaruh negative terhadap kondisi seseorang. Melalui dari penelitian yang dilakukan oleh populix memberikan data bahwa sekiranya 1 dari 2 atau dengan persentase sebesar 52% masyarakat di Indonesia memiliki perasaan bahwa dirinya mempunyai gangguan mental. Melalui hasil dari penelitian populix memberikan data bahwa banyak dari masyarakat Indonesia yang merasa dirinya mempunyai masalah kesehatan mental, hal ini terhitung melalui data bahwa masyarakat

terutama yang berumur 18-24 tahun merasa bahwa dirinya mempunyai masalah kesehatan mental kurang lebih selama setengah tahun terakhir. Data tersebut juga disebutkan dari penelitian yang dilakukan oleh populix.. Maka dari data yang di atas, pada penelitian ini ingin melihat perubahan sikap remaja yang dipengaruhi oleh terpaa pesan kesehatan mental pada akun Instagram @MenjadiManusia.id.

4.2 Deskripsi Responden

Melalui penelitian ini data yang didapatkan untuk diolah adalah hasil dari penyebaran kuesioner kepada pengikut dari Instagram @MenjadiManusia.id. memilah para responden menjadi jenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berumur 18-24 tahun serta memiliki tempat tinggal sekitar Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi). Maka untuk memenuhi data untuk diolah melalui SPSS, peneleti melakukan penyebaran kuesioner kepada 400 responden dengan ciri-ciri yang sudah ditentukan pada sebelumnya.



Gambar 4. 2. Diagram jenis kelamin penelitian
Sumber: Hasil Output SPSS versi 26

Tabel 4. 1. Persentase Jenis Kelamin Responden (Hasil Output SPSS versi 26)

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	156	39.0	39.0	39.0
	Perempuan	244	61.0	61.0	100.0
Total		400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

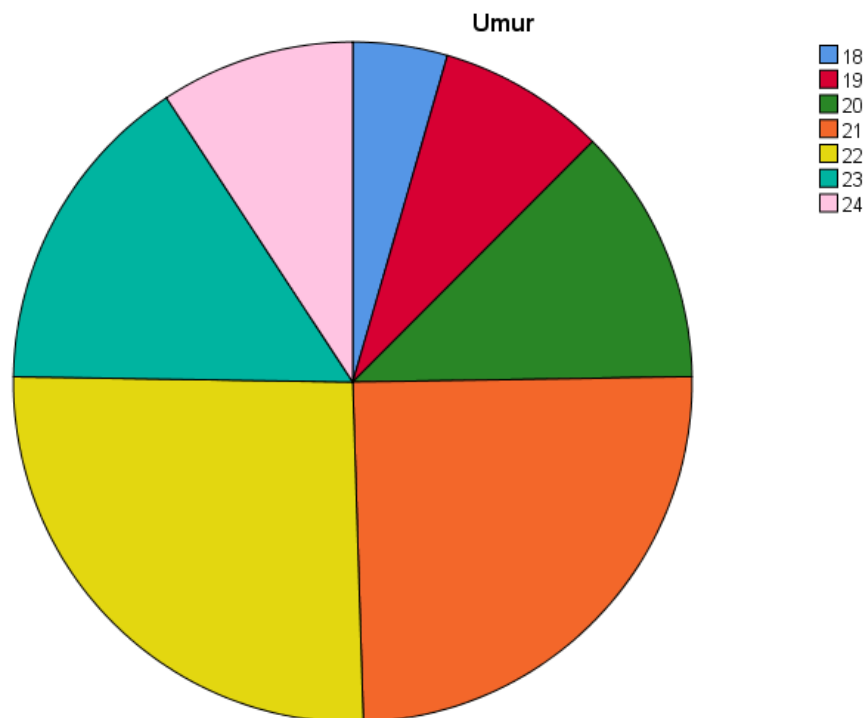
Melalui indikasi yang didapatkan di atas adalah angka yang didapatkan dari formulir Google memberikan hasil data valid sebesar 39% dengan jenis kelamin Laki-laki atau jika dijumlahkan sekitar 156 orang. Kemudian dengan data valid sebesar 61% dengan jenis kelamin perempuan atau jika dijumlahkan sekitar 244 orang. Jadi, berdasarkan pertanyaan ini dapat diambil kesimpulan jenis kelamin perempuan dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 244 Orang lebih dominan dalam melakukan pengisian kuesioner penelitian ini.

Tabel 4. 2. Persentase responden pengikut Instagram @MenjadiManusia.id (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	400	100.0	100.0	100.0

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Indikasi yang didapatkan di atas adalah angka yang didapatkan dari formulir Google secara daring, memberikan hasil valid 100% mengikuti Instagram @MenjadiManusia.id . Berdasarkan pertanyaan ini dapat disimpulkan bahwa 400 orang responden mengikuti Instagram @MenjadiManusia.id



Gambar 4. 3. Diagram Usia Responden
Sumber: Hasil Output SPSS versi 26

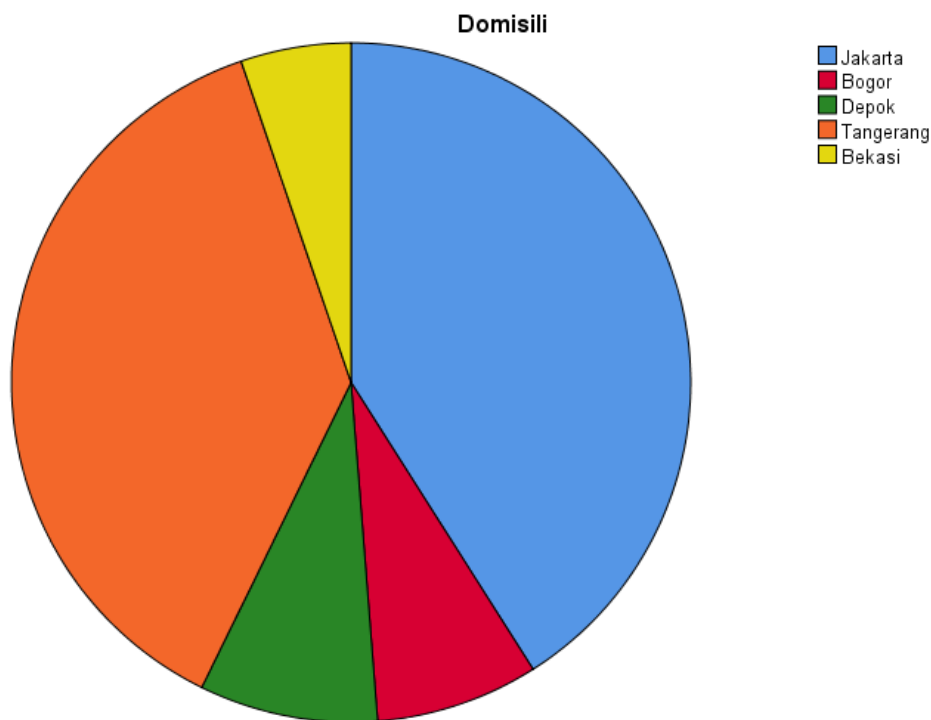
Tabel 4. 3. Persentase Umur Responden (Hasil Output SPSS versi 26)

Umur				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	18	18	4.5	4.5	4.5
	19	32	8.0	8.0	12.5
	20	49	12.3	12.3	24.8
	21	99	24.8	24.8	49.5
	22	103	25.8	25.8	75.3
	23	62	15.5	15.5	90.8
	24	37	9.3	9.3	100.0
Total		400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Data yang didapatkan di atas adalah angka yang didapatkan dari formulir Google memberikan hasil data valid 4.5% dengan usia 18 tahun atau berjumlah sebanyak 18 orang. Memberikan data valid 8% atau berjumlah 32 orang untuk usia 19 tahun. memberikan data valid sebesar 12.3% atau berjumlah sebanyak 49 orang untuk usia 20 tahun. Memberikan data valid 24.8% atau berjumlah sebanyak 99 orang yang berumur 21 tahun. Memberikan data valid 25.8% atau berjumlah 103 orang yang berumur 22 tahun. Memberikan data valid 15.5% atau berjumlah sebanyak 62 orang yang berumur 23 tahun. Memberikan data valid 9.3% atau berjumlah sebanyak 37 orang yang berumur 24 tahun. Jadi berdasarkan dari pertanyaan ini memberikan ketetapan bahwa individu dengan umur 22 tahun sebanyak 103 individu lebih dominan dalam mengisi kuesioner penelitian ini.



Gambar 4. 4. Diagram Domisili Responden
Sumber: Hasil Output SPSS versi 26

Tabel 4. 4. Persentase domisili responden (Hasil Output SPSS versi 26)

Domisili			
	Frequency	Percent	Valid Percent
			Cumulative Percent

Valid	Jakarta	164	41.0	41.0	41.0
	Bogor	31	7.8	7.8	48.8
	Depok	34	8.5	8.5	57.3
	Tangerang	150	37.5	37.5	94.8
	Bekasi	21	5.3	5.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Data yang didapatkan di atas adalah angka yang didapatkan dari formulir Google memberikan hasil data valid 41% atau berjumlah sebanyak 164 orang yang berdomisili di Jakarta. Memberikan data valid 7.8% atau berjumlah sebanyak 31 orang yang berdomisili di Bogor. Memberikan data valid 8.5% atau berjumlah sebanyak 34 orang yang berdomisili di Depok. Memberikan data valid sebesar 37.5% atau berjumlah sebanyak 150 orang yang berdomisili di Tangerang. Memberikan data valid 5.3% atau berjumlah sebanyak 21 orang yang berdomisili di Bekasi. Jadi berdasarkan dari data kuesioner tersebut dapat disimpulkan bahwa responden yang berdomisili di Jakarta dengan jumlah 164 orang, lebih dominan dalam mengisi kuesioner penelitian ini.

4.2 Deskripsi Hasil Variabel

Dalam penelitian ini, pernyataan kuesioner dalam google form didapatkan dari turunan variabel yang ditelaah diturunkan berdasarkan dimensi-dimensi yang telah ditentukan sebelumnya. Maka dari hal tersebut, kuesioner telah diisi oleh 400 orang yang memiliki ciri-ciri atau kriteria unit analisis yang telah ditentukan sebelumnya. Dengan adanya data memberikan indikasi pada peneliti untuk melihat pengaruh terpaan pesan kesehatan mental pada akun @MenjadiManusia.id terhadap pengikut remaja akhir.

4.2.1 Deskripsi Hasil Variabel X

Penelitian yang dilakukan memilih variabel terpaan media sebagai variabel X nya. Variabel terpaan pesan kesehatan mental diukur melalui tiga dimensi terpaan media yang diturunkan menjadi 11 butir pernyataan terdiri dari jawaban SS, S, TS, dan STS.

Tabel 4. 5. Persentase Item 1 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

1. Dalam sehari saya sering mengakses Instagram (2-3 Kali)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	1	.3	.3	.3
	TS	11	2.8	2.8	3.0
	S	258	64.5	64.5	67.5
	SS	130	32.5	32.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil yang diberikan di atas yang berisikan pernyataan satu yaitu “Dalam sehari saya sering mengakses Instagram”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 258 informan atau setara dengan 64,5% menyatakan setuju, sejumlah 130 informan atau setara dengan 32.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 11 informan atau setara dengan 2.8% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 1 informan atau setara dengan 0,3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 97% jawaban informan memberikan angka yang mendominasi pada jawaban setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka sering mengakses Instagram. Sedangkan 12 informan atau dengan persentase 3,1% tidak sering mengakses Instagram dalam sehari.

Tabel 4. 6. Persentase Item 2 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

2. Dalam sehari saya sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id (2-3 Kali)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	2.0	2.0	2.0
	TS	29	7.2	7.2	9.3
	S	273	68.3	68.3	77.5
	SS	90	22.5	22.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil yang diberikan di atas yang berisikan pernyataan dua yaitu “Dalam sehari saya sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id (2-3 Kali)”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 273 informan atau setara dengan 68.3% menyatakan setuju, sejumlah 90 Informan atau setara dengan 22.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 29 informan atau setara dengan 7.2% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 8 informan atau setara dengan 2% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa yaitu sejumlah 37 informan atau setara dengan 9.2% tidak sering mengakses Instagram @MenjadiManusia dalam sehari.

Tabel 4. 7. Persentase Item 3 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

3. Dalam sehari saya sering melihat unggahan Instagram @MenjadiManusia.id (2-3 Kali)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	2.3	2.3	2.3
	TS	33	8.3	8.3	10.5
	S	275	68.8	68.8	79.3
	SS	83	20.8	20.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan tiga yaitu “Dalam sehari saya sering melihat unggahan Instagram @MenjadiManusia.id”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 275 informan atau setara dengan 68.8% menyatakan setuju, sejumlah 83 Informan atau setara dengan 20.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 33 informan atau setara dengan 8.3% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 9 informan atau setara dengan 2.3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 89.6% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka sering melihat unggahan Instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa 42 informan atau dengan persentase 10.6% tidak sering melihat unggahan Instagram @MenjadiManusia.id dalam sehari.

Tabel 4. 8. Persentase Item 4 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

4. Dalam sehari unggahan Instagram @MenjadiManusia.id memenuhi timeline Instagram saya.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	1.3	1.3	1.3
	TS	50	12.5	12.5	13.8
	S	277	69.3	69.3	83.0
	SS	68	17.0	17.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil table di atas yang berisikan pernyataan empat yaitu “Dalam sehari unggahan Instagram @MenjadiManusia.id memenuhi timeline Instagram saya.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 277 informan atau setara dengan 69.3% menyatakan setuju, sejumlah 68 Informan atau setara dengan 17% menyatakan sangat setuju, sejumlah 50 informan atau setara dengan 12.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 5 informan atau setara dengan 1.3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 86.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui saat 1 hari mereka melihat instagram @MenjadiManusia.id, unggahan

media tersebut memenuhi timeline Instagram informan. Sedangkan tersisa 55 informan atau dengan persentase 13.8% tidak merasa unggahan Instagram @MenjadiManusia.id memenuhi timeline Instagram informan dalam sehari.

Tabel 4. 9. Persentase Item 5 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

5. Saya suka berlama-lama dalam mengakses informasi di Instagram @MenjadiManusia.id					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	1.5	1.5	1.5
	TS	48	12.0	12.0	13.5
	S	272	68.0	68.0	81.5
	SS	74	18.5	18.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan lima yaitu “Saya suka berlama-lama dalam mengakses informasi di Instagram @MenjadiManusia.id”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 272 informan atau setara dengan 68% menyatakan setuju, sejumlah 74 Informan atau setara dengan 18.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 48 informan atau setara dengan 12% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 6 informan atau setara dengan 1.5% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 86.5% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan suka berlama-lama dalam mengakses informasi di Instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa 54 informan atau dengan persentase 13.5% tidak suka berlama-lama dalam mengakses informasi pada Instagram @MenjadiManusia.id.

Tabel 4. 10. Persentase Item 6 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

6. Saya menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	1.8	1.8	1.8
	TS	28	7.0	7.0	8.8
	S	283	70.8	70.8	79.5
	SS	82	20.5	20.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan enam yaitu “Saya menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 283 informan atau setara dengan 70.8% menyatakan setuju, sejumlah 82 Informan atau setara

dengan 20.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 28 informan atau setara dengan 7% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 7 informan atau setara dengan 1.8% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 91.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka menonton video sampai tayangan selesai diputar. Sedangkan tersisa 35 informan atau dengan persentase 8.8% tidak menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit

Tabel 4. 11. Persentase Item 7 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	15	3.8	3.8	3.8
	TS	74	18.5	18.5	22.3
	S	272	68.0	68.0	90.3
	SS	39	9.8	9.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan tujuh yaitu “Saya menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 2 menit..”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 272 informan atau setara dengan 68% menyatakan setuju, sejumlah 39 Informan atau setara dengan 9.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 74 informan atau setara dengan 18.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 15 informan atau setara dengan 3.8% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 77.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan mereka menonton video sampai tayangan selesai diputar pada media tersebut. Sedangkan tersisa 89 informan atau dengan persentase 22.3% tidak menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 2 menit.

Tabel 4. 12. Persentase Item 8 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	1.0	1.0	1.0
	TS	22	5.5	5.5	6.5
	S	299	74.8	74.8	81.3
	SS	75	18.8	18.8	100.0

Total	400	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan delapan yaitu “Saya serius saat melihat unggahan pada Instagram @MenjadiManusia.id yang muncul di timeline..”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 299 informan atau setara dengan 74.8% menyatakan setuju, sejumlah 75 Informan atau setara dengan 18.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 22 informan atau setara dengan 5.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 93,6% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan serius saat melihat unggahan pada Instagram @MenjadiManusia.id yang muncul di timeline. Sedangkan tersisa 26 informan atau dengan persentase 6.5% tidak serius saat melihat unggahan pada Instagram @MenjadiManusia.id yang muncul di timeline.

Tabel 4. 13. Persentase Item 9 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

9. Saya membaca setiap caption dari foto maupun video yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	1.8	1.8	1.8
	TS	35	8.8	8.8	10.5
	S	286	71.5	71.5	82.0
	SS	72	18.0	18.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan sembilan yaitu “Saya membaca setiap caption dari foto maupun video yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id..”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 272 informan atau setara dengan 71.5% menyatakan setuju, sejumlah 72 Informan atau setara dengan 18% menyatakan sangat setuju, sejumlah 35 informan atau setara dengan 8.8% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 7 informan atau setara dengan 1.8% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 86.5% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan membaca setiap caption dari foto maupun video yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa 42 informan atau 10.6% tidak membaca setiap caption dari foto maupun video yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id.

Tabel 4. 14. Persentase Item 10 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	2.3	2.3	2.3
	TS	62	15.5	15.5	17.8
	S	264	66.0	66.0	83.8
	SS	65	16.3	16.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan sepuluh yaitu “Saya memperhatikan dan tidak melewatkan semua Instagram Stories pada Instagram @MenjadiManusia.id “. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 264 informan atau setara dengan 66% menyatakan setuju, sejumlah 65 Informan atau setara dengan 16.3% menyatakan sangat setuju, sejumlah 62 informan atau setara dengan 15.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 9 informan atau setara dengan 2.3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 82.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan memperhatikan dan tidak melewatkan semua Instagram Stories pada Instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa 71 informan atau dengan jumlah sebesar 17.8% tidak memperhatikan dan sering melewatkan semua Instagram Stories pada Instagram @MenjadiManusia.id

Tabel 4. 15. Persentase Item 11 Variabel X (Hasil Output SPSS versi 26)

11. Saya memperhatikan dan tidak melewatkan multi foto (slide photo) yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	12	3.0	3.0	3.0
	TS	39	9.8	9.8	12.8
	S	269	67.3	67.3	80.0
	SS	80	20.0	20.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan sebelas yaitu “Saya memperhatikan dan tidak melewatkan multi foto (slide photo) yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 269 informan atau setara dengan 67.3% menyatakan setuju, sejumlah 80 Informan atau setara dengan 20% menyatakan sangat setuju, sejumlah 39 informan atau setara dengan 9.8% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 12 informan atau setara dengan 3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 87.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari

banyaknya informan menyetujui bahwa informan memperhatikan dan tidak melewatkan multifoto (*slide photo*) yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id. sedangkan tersisa 51 informan atau sebesar 12.8% tidak memperhatikan dan melewatkan multi foto (*slide photo*) yang diunggah oleh Instagram @MenjadiManusia.id

4.2.2 Hasil dan Analisis Variabel Y

Dalam penelitian ini variabel bebas mencakup pada perubahan sikap remaja akhir. Pada variabel ini perubahan sikap mengacu pada beberapa faktor dalam sikap, aspek tersebut menjadi tiga dimensi dalam penelitian yaitu kognitif, afektif dan konatif. Dari dimensi ini diturunkan menjadi 9 butir item pernyataan yang diantaranya sebagai berikut:

Tabel 4. 16. Persentase Item 12 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

1. Pesan yang diberikan terkait kesehatan mental mengubah pikiran saya tentang kesehatan mental menjadi lebih baik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	3	.8	.8	.8
	TS	33	8.3	8.3	9.0
	S	282	70.5	70.5	79.5
	SS	82	20.5	20.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan dua belas yaitu “Pesan yang diberikan terkait kesehatan mental mengubah pikiran saya tentang kesehatan mental menjadi lebih baik”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 282 informan atau setara dengan 70.5% menyatakan setuju, sejumlah 80 Informan atau setara dengan 20.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 33 informan atau setara dengan 8.3% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 3 informan atau setara dengan 0.8% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 91% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa Pesan yang diberikan terkait kesehatan mental mengubah pikiran informan tentang kesehatan mental menjadi lebih baik. Sedangkan tersisa 36 informan atau sebesar 9.1% Pesan yang diberikan terkait kesehatan mental tidak mengubah pikiran informan tentang kesehatan mental menjadi lebih baik.

Tabel 4. 17. Persentase Item 13 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	1.0	1.0	1.0
	TS	34	8.5	8.5	9.5
	S	259	64.8	64.8	74.3
	SS	103	25.8	25.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan tiga belas yaitu “Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id sudah sesuai fakta.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 259 informan atau setara dengan 64.8% menyatakan setuju, sejumlah 103 Informan atau setara dengan 25.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 34 informan atau setara dengan 8.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90.6% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id sudah sesuai fakta. Sedangkan tersisa 38 informan atau sebesar 9.5% menyatakan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id sudah tidak sesuai fakta

Tabel 4. 18. Persentase Item 14 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

3. Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif saya terkait kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	1.0	1.0	1.0
	TS	26	6.5	6.5	7.5
	S	253	63.2	63.2	70.8
	SS	117	29.3	29.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan empat belas yaitu “Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif saya terkait kesehatan mental”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 253 informan atau setara dengan 63.2% menyatakan setuju, sejumlah 117 Informan atau setara dengan 29.3% menyatakan sangat setuju, sejumlah 26 informan atau setara dengan 6.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 92.5% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa Pesan yang diberikan

akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental. Sedangkan tersisa 30 informan atau dengan persentase 7.5% menyatakan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id tidak mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental.

Tabel 4. 19. Persentase Item 15 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

4. Saya merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	1.0	1.0	1.0
	TS	36	9.0	9.0	10.0
	S	268	67.0	67.0	77.0
	SS	92	23.0	23.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan lima belas yaitu “Saya merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 268 informan atau setara dengan 67% menyatakan setuju, sejumlah 92 Informan atau setara dengan 20% menyatakan sangat setuju, sejumlah 36 informan atau setara dengan 9% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental. Sedangkan tersisa 40 informan atau dengan persentase 10% tidak merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental.

Tabel 4. 20. Persentase Item 16 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

5. Setelah melihat pesan dari akun Instagram @MenjadiManusia.id, saya mendapatkan keyakinan untuk menjaga kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	1.3	1.3	1.3
	TS	50	12.5	12.5	13.8
	S	252	63.0	63.0	76.8
	SS	93	23.3	23.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan enam belas yaitu “Setelah melihat pesan dari akun Instagram @MenjadiManusia.id, saya mendapatkan keyakinan untuk menjaga kesehatan mental.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 252 informan atau setara dengan 63%

menyatakan setuju, sejumlah 93 Informan atau setara dengan 23.3% menyatakan sangat setuju, sejumlah 50 informan atau setara dengan 12.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 5 informan atau setara dengan 1.3% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 86.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa setelah melihat pesan dari akun Instagram @MenjadiManusia.id, informan mendapatkan keyakinan untuk menjaga kesehatan mental. Sedangkan tersisa 55 Informan atau dengan persentase 13.8% setelah melihat pesan dari akun Instagram @MenjadiManusia.id, informan tidak mendapatkan keyakinan untuk menjaga kesehatan mental.

Tabel 4. 21. Persentase Item 17 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

6. Saya merasa harus melakukan setiap anjuran setelah melihat pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	11	2.8	2.8	2.8
	TS	52	13.0	13.0	15.8
	S	265	66.3	66.3	82.0
	SS	72	18.0	18.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan tujuh belas yaitu “Saya merasa harus melakukan setiap anjuran setelah melihat pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 265 informan atau setara dengan 66.3% menyatakan setuju, sejumlah 72 Informan atau setara dengan 18% menyatakan sangat setuju, sejumlah 52 informan atau setara dengan 13% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 11 informan atau setara dengan 2.8% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 84.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan merasa harus melakukan setiap anjuran setelah melihat pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id. Sedangkan tersisa 63 informan atau dengan persentase 15.8% tidak merasa harus melakukan setiap anjuran setelah melihat pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id,

Tabel 4. 22. Persentase Item 18 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

7. Saya memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	2.0	2.0	2.0
	TS	29	7.2	7.2	9.3

S	303	75.8	75.8	85.0
SS	60	15.0	15.0	100.0
Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan delapan belas yaitu “Saya memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 303 informan atau setara dengan 75.8% menyatakan setuju, sejumlah 60 Informan atau setara dengan 15% menyatakan sangat setuju, sejumlah 29 informan atau setara dengan 7.2% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 8 informan atau setara dengan 2% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id. sedangkan tersisa 37 informan atau dengan persentase 9.2% tidak memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id.

Tabel 4. 23. Persentase Item 19 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

8. Dengan adanya pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id saya selalu menjaga kondisi kesehatan mental saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	1.0	1.0	1.0
	TS	36	9.0	9.0	10.0
	S	262	65.5	65.5	75.5
	SS	98	24.5	24.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan Sembilan belas yaitu “Dengan adanya pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id saya selalu menjaga kondisi kesehatan mental saya.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 262 informan atau setara dengan 65.5% menyatakan setuju, sejumlah 98 Informan atau setara dengan 24.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 36 informan atau setara dengan 9% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa dengan adanya pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id informan selalu menjaga kondisi kesehatan mentalnya. Sedangkan tersisa 40 informan atau dengan

persentase 10% tidak setuju dengan adanya pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id informan selalu menjaga kondisi kesehatan mentalnya.

Tabel 4. 24. Persentase Item 20 Variabel Y (Hasil Output SPSS versi 26)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	1.5	1.5	1.5
	TS	32	8.0	8.0	9.5
	S	275	68.8	68.8	78.3
	SS	87	21.8	21.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Melalui hasil tabel di atas yang berisikan pernyataan dua puluh yaitu “Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pola pikir saya menjadi positif terkait dengan kesehatan mental.”. Pada tabel tersebut memberikan penetapan data sejumlah 275 informan atau setara dengan 68.8% menyatakan setuju, sejumlah 87 Informan atau setara dengan 21.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 32 informan atau setara dengan 8% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 6 informan atau setara dengan 1.5% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 90.6% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pola pikir informan menjadi positif terkait dengan kesehatan mental. Sedangkan tersisa 38 informan atau dengan persentase 9.5% tidak menyetujui pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pola pikir informan menjadi positif terkait dengan kesehatan mental.

4.2.3 Analisis Korelasi

Analisis korelasi sebagai cara untuk melihat keterikatan variabel independen yang Terpaan pesan kesehatan mental dan variabel dependen yang mana perubahan sikap remaja akhir. Peneliti dalam melakukan penelitian ini memberikan hasil olahan data SPSS berdasarkan data yang telah didapatkan dari 400 responden yang kemudian dilakukan uji hubungan (korelasi) dengan menggunakan metode *Pearson Product Moment*.

Tabel 4. 25. Hasil Korelasi Antara Variabel X dan Y

Correlations	
	Terpaan Pesan Kesehatan Mental
	Perubahan Sikap

Terpaan Pesan Kesehatan Mental	Pearson Correlation	1	.731**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	400	400
Perubahan Sikap	Pearson Correlation	.731**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	400	400

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Hasil keluaran tersebut memberikan ketetapan, ada keterkaitan antara variable X yaitu terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id dengan variabel Y yaitu perubahan sikap remaja akhir memiliki korelasi yang bersifat positif dan tergolong memiliki hubungan yang kuat. Hal tersebut dikatakan berdasarkan hasil dari r hitung sebesar 0.731 untuk variabel X terhadap variabel Y. kemudian juga melalui r hitung 1 untuk variabel Y terhadap variabel X. Setelah melakukan uji hubungan (Korelasi) oleh peneliti, dikatakan bahwa hipotesis Ha bisa diterima karena memiliki hubungan yang kuat dan positif antara variabel X dan Y. Keterkaitan ini membuat keadaan di mana jika variabel X mengalami kenaikan angka, maka dapat membuat nilai angka pada variabel Y juga naik. Selain itu berdasarkan nilai signifikansi yang didapatkan, secara parsial variabel X mempunyai angka sigma sebesar 0.00 dan dengan mengacu pada penelitian bahwa $\alpha = 0,05$. Yang membuat persamaan $\text{sig} = 0,00 < \alpha = 0,01$. Seperti hipotesis yang telah peneliti tentukan sebelumnya, hipotesis pada penelitian ini dibagi menjadi Ha dan Ho:

Ha : Terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id dapat mempengaruhi perubahan sikap remaja akhir

Ho : Terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id tidak dapat mempengaruhi perubahan sikap remaja akhir

Jadi, nilai sig lebih kecil dari 0,05 maka Hipotesis(o) tidak dapat digunakan atau diterima, maka dari itu bisa dikatakan Terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia berpengaruh dan juga memiliki signifikansi dalam perubahan sikap remaja akhir.

4.2.3.1 Koefisien Korelasi

melalui hasil analisis hubungan (korelasi) dapat memberikan pemahaman bahwa hubungan variabel X yaitu terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id dengan variabel Y yaitu perubahan sikap remaja akhir

menunjukkan hubungan kuat dan positif yang memiliki nilai 0,721. Melalui hasil analisa tersebut, arti positif pada variabel tersebut adalah hubungan yang dimiliki oleh variabel X dengan variabel Y searah. Kemudian saat terpaa pesan kesehatan mental mengalami peningkatan nilai, maka perubahan sikap remaja akhir juga terpengaruh mengalami peningkatan nilai.

Tabel 4. 26. Koefisien Korelasi

No.	Interval Koefisiensi	Tingkat Hubungan
1.	0,00 – 0,199	Sangat Rendah
2.	0,20 – 0,399	Rendah
3.	0,40 – 0,599	Cukup
4.	0,60 – 0,799	Kuat
5.	0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Sumber: (Sugiyono, 2017)

Jika mengacu pada tabl di atas memberikan penjelasan keterkaitan variabel terpaa pesan kesehatan mental terhadap perubahan sikap remaja akhir memiliki tingkat hubungan yang kuat. Dari hal tersebut terbukti bahwa penggunaan terpaa pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id mampu serta memiliki tingkatan yang kuat dalam mempengaruhi perubahan sikap remaja.

4.2.3.2 Koefisien Determinasi

Penelitian ini juga menggunakan koefisien determinasi untuk melengkapi analisis dalam penelitian. Koefisien determinasi atau jika disingkat menjadi R adalah sebuah angka yang dipergunakan sebagai salah satu cara untuk mengetahui sumbangsih dari setiap variabel satu kepada variabel lainnya (Sugiyono, 2017). Maka, Koefisien determinasi dapat ditentukan melalui perhitungan berikut ini:

$$KD : (r).(r) \times 100\%$$

$$KD : (0,731).(0,731) \times 100\%$$

$$KD : 0,534361 \times 100\%$$

$$KD : 53,43 \%$$

Jika dilihat dari angka di atas menunjukkan bahwa partisipasi yang diberikan oleh variabel X yaitu terpaa pesan kesehatan mental pada instagram @MenjadiManusia.id terhadap variabel Y yaitu perubahan sikap remaja akhir memiliki persentase sebesar 53,43%. Maka memberikan ketetapan dari variabel

bebas dan terikat memiliki persentase sebesar 53,43% sedangkan 56,47% merupakan angka dari hal lainnya yang selain dari penelitian yang sedang dilakukan.

4.2.4 Analisis Regresi Linear Sederhana

Urgensi dari kajian yang sedang dilakukan ini tidak semata untuk melihat pengaruh ataupun hubungan dari variabel. Hal lain yang dipertimbangkan untuk diteliti pada penelitian ini adalah korelasi atau hubungan yang dibentuk dari variabel pada penelitian ini jika akan digunakan pada penelitian berikutnya, dengan menentukan apakah hasil dari hubungan antar variabel searah atau tidak searah. Hal ini bisa dilihat melalui pengaruh serta prediksi yang akan terjadi antara variabel yang berhubungan, dengan menggunakan analisis regresi linear maka diharapkan dapat menjadi penentu untuk melihat korelasi antara variabel penelitian. Dengan menggunakan aplikasi SPSS, peneliti akan mengolah menghitung data dari angket dan memperoleh hasil analisis regresi linear sederhana yang didapatkan dari SPSS yaitu:

Tabel 4. 27. Model Summary Regresi Linear Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.731 ^a	.535	.534	2.333
a. Predictors: (Constant), Terpaan Pesan Kesehatan Mental				

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

hasil dari perhitungan *Model Summary* regresi linear sederhana, melalui hasil dari olahan data tabel tersebut memberikan hasil r_{Hitung} sejumlah 0,731. Dari nilai tersebut dapat dinyatakan bahwa korelasi yang dihasilkan antara variabel X atau variabel independen yaitu terpaan pesan kesehatan mental terhadap variabel Y atau variabel dependen yaitu perubahan sikap mempunyai hubungan yang tergolong searah. Berdasarkan nilai yang didapatkan pula dapat dinyatakan bahwa hubungan antara variabel terpaan media akan variabel perubahan sikap remaja dikatakan punya hubungan yang ada pada tingkatan kuat dan hubungan antar variabel yaitu positif

kemudian dari hasil perhitungan R hitung yang dihasilkan dari perhitungan melalui *model summary* regresi linear sederhana mempunyai hasil yang sesuai pada angka yang diberikan melalui rumus korelasi *pearson product moment*. Jumlah berdasarkan dari hasil perhitungan hubungan variabel X atau terpaan pesan

kesehatan mental terhadap variabel Y atau perubahan sikap remaja akhir melalui rumus *Pearson Product Moment* memberikan hasil hubungan dengan tingkatan yang kuat dan positif. Hal ini memberikan pernyataan bahwa angka r yang didapatkan juga merupakan nilai angka hasil yang menyatakan ada korelasi atau hubungan antara variabel terpaan pesan kesehatan mental (variabel bebas) terhadap perubahan sikap remaja (variabel terikat).

Tabel 4. 28. Koefisien Regresi Linear Sederhana

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	3.695	1.139		3.244	.001
	Terpaan Pesan Kesehatan Mental	.721	.034	.731	21.402	.000

a. Dependent Variable: Perubahan Sikap

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Setelah melakukan analisis regresi linear sederhana, langkah berikutnya adalah melakukan analisis berdasarkan dari hasil penjumlahan yang sesuai dengan penelitian ini. Hasil yang didapatkan oleh peneliti pada tabel di atas memberikan hasil yaitu berdasarkan hubungan variabel X atau variabel bebas yaitu terpaan pesan kesehatan mental dan variabel Y atau variabel terikat yaitu perubahan sikap remaja akhir. Melalui perhitungan tersebut, menghasilkan angka yaitu $Y = 3.695 + 0.721X$. Berdasarkan hasil persamaan tersebut berfungsi untuk melakukan prediksi perubahan sikap remaja yang dipengaruhi oleh terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id.

Dalam rangka untuk menemukan hasil perbandingan, peneliti mengacu dari Ftabel, Fhitung, Sigma dan α . Lebih jelasnya tabel hasil perhitungan ANOVA adalah hasil keluaran yang memperlihatkan numerik beragam serta nilai rata-rata dari hubungan berdasarkan masing-masing instrumen. Kemudian nilai angka Fhitung yang dihasilkan melalui perhitungan ANOVA adalah hasil berupa numerik yang menjelaskan hasil dari regresi sebagai bentuk penilaian dalam melihat erat atau tidaknya korelasi di dalam masing-masing variabel penelitian.

F hitung serta nilai angka signifikan bisa diperuntukan dalam melihat kesamaan yang ditentukan untuk memberikan prediksi *value* dari variabel terikat

yang mana diberi pengaruh dari variabel bebas. Maka dengan ini, Fhitung akan memberikan ketetapan data melalui perhitungan ini:

Tabel 4. 29. Tabel ANOVA Regresi Linear Sederhana

		ANOVA ^a			F	Sig.
Model		Sum of Squares	df	Mean Square		
1	Regression	2492.791	1	2492.791	458.048	.000 ^b
	Residual	2165.999	398	5.442		
	Total	4658.790	399			

a. Dependent Variable: Perubahan Sikap
b. Predictors: (Constant), Terpaan Pesan Kesehatan Mental

Sumber: Hasil Output SPSS 26, 2022

Ho: Tingkat perubahan sikap remaja akhir oleh pengaruh terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id tidak dapat ditentukan dari perhitungan regresi linear sederhana.

Ha: Tingkat perubahan sikap remaja akhir oleh pengaruh terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id dapat ditentukan dari perhitungan regresi linear sederhana.

Jika dilihat dari hasil perhitungan pada tabel, memberikan hasil bahwa F hitung mempunyai nilai 458.048 dan F tabel yang dihasilkan dari aplikasi SPSS memberikan nilai yang diberikan melalui perhitungan rumus berikut ini:

$$F = (α) (k, dk)$$

α : Margin of Error (MoE)

k : Jumlah Variabel 1

dk : Jumlah sampel – Jumlah variabel – 1

Melalui rumus di atas, berikut adalah perhitungan untuk menentukan nilai F tabel:

$$F = (5\%) (2 - 1, 400 - 2 - 1)$$

$$F = (0,05) (1, 397)$$

$$F = 3,86$$

Berdasarkan dari hasil tersebut F hitung = 458.048 > F tabel = 3,86. Melalui hasil itu menjelaskan Fhitung lebih tinggi dibandingkan dengan Ftabel. Sehingga memberikan ketetapan bahwa Hipotesis (a) diterima. Dengan ini memberikan penjelasan bahwa tingkat perubahan sikap remaja akhir oleh pengaruh terpaan

pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id dapat ditentukan dari perhitungan regresi linear sederhana.

Jika dilihat dari hasil yang dihasilkan dari perhitungan di atas, merupakan bukti bahwa model perhitungan sesuai untuk memprediksi tingkat perubahan sikap remaja oleh pengaruh terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id. berikutnya perhitungan persamaan regresi linear sederhana penelitian ini, jika X memiliki nilai 11, akan memberikan hasil sebagai berikut:

$$Y = a + b.X$$

$$Y = 3.695 + 0,721X$$

$$Y = 3.695 + 0,721 (11)$$

$$Y = 3.695 + 7.931$$

$$Y = 11,626 = 11,63$$

Melalui pengerjaan rumus di atas, didapatkan hasil dari persamaan tersebut yaitu 11,63. Melalui indikasi nilai tersebut memberikan indikasi bahwa perubahan sikap remaja akhir akan semakin bertambah besar jika angka atau skor terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id semakin bertambah juga. Singkatnya jika nilai variabel terpaan media mengalami peningkatan nilai maka variabel perubahan sikap akan mengalami kenaikan nilai juga.

4.3 Pembahasan Analisis Teori dan Konsep Penelitian

Keluaran data yang telah dideskripsikan sebelumnya akan dihubungkan dengan teori serta konsep yang ada sehingga dapat membuat penelitian ini semakin unik. Maka pada berikutnya peneliti mencoba untuk memberikan penjelasan mengenai masing-masing aspek dalam setiap variabel yang ada.

Maka keluaran yang telah dijabarkan menjadi kalimat singkat dapat diambil untuk melakukan analisis yang dikaitkan berdasarkan dari masing-masing item pernyataan variabel. Kemudian akan dikaitkan juga dengan konsep ataupun teori pada penelitian. Dengan penggunaan objek penelitian yaitu media sosial @MenjadiManusia yang memberikan berbagai pesan atau informasi mengenai

kesehatan mental seperti cara menangani masalah kesehatan mental, *self improvement*, atau juga tempat berbagi cerita agar kesehatan mental tetap terjaga dan sebagainya. Akun Instagram @MenjadiManusia.id menggaris bawahi akun mereka sebagai tempat cerita bagi siapa saja karena MenjadiManusia bisa menjadi tempat mereka bercerita tanpa diberikan penghakiman dari orang lain. Informasi yang diberikan oleh @MenjadiManusia.id tentunya berbeda dengan akun lainnya. Terpaan kesehatan mental yang diberikan oleh Instagram @MenjadiManusia tentunya mengacu dengan teori *uses and effects* yang mana seseorang akan mengalami perubahan sikap yang ditentukan dari dua alur yaitu alur sentral dan juga peripheral. Sehingga teori ini akan menjadi arahan bagi peneliti dalam menentukan cara penerimaan pesan dari terpaan media Instagram @MenjadiManusia.id terhadap perubahan sikap pengikut remaja akhir.

4.3.1 Terpaan Media (Variabel X)

Pada penelitian ini variabel independen atau variabel X penelitian yang peneliti tentukan adalah Terpaan Media yang berisikan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id, yang mana hal ini menjadi tolak ukur peneliti dalam menentukan dimensi dan menurunkannya ke dalam beberapa item pernyataan untuk ditanyakan kepada informan dalam formulir Google. Konsep dari terpaan media ini mengacu ke dalam pengaruh yang diberikan oleh media kepada para pengikutnya, yang mana pesan ataupun informasi yang diberikan dapat mempengaruhi cara orang bersikap, mempengaruhi emosi ataupun perilaku individu serta kelompok yang terkena terpaan pesan tersebut. Menurut Kasten dalam buku *Media Exposure and Risk* (Kasten, 2013), Terpaan media tidak melulu tentang mengenai seseorang secara fisik cukup dekat dengan keberadaan sebuah media, namun mengenai seberapa terbuka individu tersebut saat memproses informasi yang telah dikemas oleh komunikator. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melihat bagaimana informan dapat dengan mudah atau terbuka dengan pesan kesehatan mental yang disampaikan melalui Instagram @MenjadiManusia.id terhadap perubahan perilaku remaja akhir.

Menurut (Ardianto, 2014), dalam terpaan media memiliki tiga unsur yang mempengaruhi seseorang dalam menerima suatu pesan atau informasi yang

diterima. Antara lain ialah unsur durasi, frekuensi dan juga atensi. Melalui tiga unsur tersebut pernyataan dalam kuesioner penelitian ini dibentuk dan berikut ini merupakan analisis dari hasil kuesioner yang telah diberikan kepada informan atau informan berdasarkan dari pernyataan dari unsur terpaan media, antara lain sebagai berikut:

4.3.1.1 Frekuensi

Dimensi frekuensi menurut (Ardianto, 2014), merupakan seberapa sering informan dalam melakukan atau mengakses media, dalam hal penelitian ini ingin melihat seberapa sering informan sering mengakses media Instagram @MenjadiManusia.Id. Jika dalam angket pada pernyataan no 1-4, menjadi turunan aspek frekuensi pada Terpaan Pesan kesehatan mental yang menjadi salah satu aspek pada variabel terpaan media. Setelah peneliti melakukan olah data terhadap hasil dari jawaban 400 informan pada kuesioner, dari keempat item pernyataan yang telah diisi oleh informan, item yang mendapatkan persentase atau angka tertinggi adalah item pernyataan 1 dan 2.

Pada pernyataan satu yaitu “Dalam sehari saya sering mengakses Instagram”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 258 informan atau setara dengan 64,5% menyatakan setuju, sejumlah 130 Informan atau setara dengan 32,5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 11 informan atau setara dengan 2,8% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 1 informan atau setara dengan 0,3% menyatakan sangat tidak setuju. Melalui pernyataan yang telah dikeluarkan dari 400 informan, 388 informan atau dengan persentase yang jika dijumlahkan sekitar 97% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Melalui persentase tersebut menyatakan bahwa informan dengan aktif atau sering mengakses media sosial terutama Instagram.

Kemudian item kedua yang memiliki angka tertinggi adalah pernyataan item ke 2 pernyataan dua yaitu “Dalam sehari saya sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id (2-3 Kali)”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 273 informan atau setara dengan 68,3% menyatakan setuju, sejumlah 90 Informan atau setara dengan 22,5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 29 informan atau

setara dengan 7.2% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 8 informan atau setara dengan 2% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 363 informan atau sesuai dengan persentase 90.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id.

Melalui angka tersebut memberikan data pendukung bahwa remaja akhir berumur 18-24 tahun dari 400 informan sering kali kali mengakses media sosial Instagram dan terutama Instagram @MenjadiManusia.id. Dengan adanya pengulangan atau frekuensi dalam mengakses Instagram @MenjadiManusia.id memungkinkan informan untuk mempermudah dalam mencerna, mengambil serta memahami isi pesan yang tersedia atau disajikan oleh Instagram @MenjadiManusia.id.

4.3.1.2 Durasi

Dimensi durasi Menurut (Ardianto, 2014), merupakan sejauh mana kualitas yang informan lakukan saat mengakses media yang digunakannya untuk memenuhi kebutuhan informasi melalui satuan kurun waktu misalnya seperti hitungan menit atau jam. Dalam penelitian ini, informan diberikan pernyataan mengenai kualitas informan dalam menggunakan media Instagram @MenjadiManusia.id. Pada item pernyataan lima hingga tujuh, termasuk ke dalam bagian dari Terpaan Pesan kesehatan mental yang masuk ke dalam variabel terpaan media. Setelah peneliti melakukan olah data terhadap hasil dari jawaban 400 informan pada kuesioner, dari ketiga item pernyataan yang telah diisi oleh informan, item yang mendapatkan persentase atau angka tertinggi adalah item pernyataan enam.

Pada pernyataan enam yaitu “Saya menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit.”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 283 informan atau setara dengan 70.8% menyatakan setuju, sejumlah 82 Informan atau setara dengan 20.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 28 informan atau setara dengan 7% informan menyatakan tidak

setuju, sejumlah 7 informan atau setara dengan 1.8% menyatakan sangat tidak setuju.

Melalui data yang telah didapatkan dari kurang lebih empat ratus informan, sejumlah 365 informan atau setara dengan 91.3% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit. Dengan menghabiskan waktu yang lebih lama dalam mengakses sebuah media, maka informasi yang diterima akan lebih berkualitas. Menurut (Ardianto, 2014), Durasi dapat menentukan individu dalam menerima pesan ataupun informasi karena saat seseorang hanya terpapar oleh informasi dengan waktu yang singkat atau terbatas, maka ada kemungkinan individu tersebut tidak dapat menerima atau mengolah informasi yang disampaikan itu dengan baik. Kebalikannya, jika seseorang memiliki durasi lebih lama dalam terpapar informasi maka dapat membuat seseorang memproses sebuah informasi secara lebih serius, kritis atau komperhensif yang membuat seseorang dapat memproses dengan benar makna dari pesan yang disampaikan.

Maka dalam penelitian ini, berdasarkan data yang didapatkan menyatakan bahwa 365 informan atau setara dengan 91.3% menghabiskan waktu untuk menyaksikan video yang diunggah Instagram @MenjadiManusia.id dari awal sampai pemutaran selesai selama lebih dari 1 menit. Dari hal tersebut dapat diharapkan bahwa informan dapat menerima pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id sehingga memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengubah sikap para informan .

4.3.1.3 Atensi

Dimensi Atensi menurut (Ardianto, 2014), merupakan proses di mana seseorang akan memperhatikan dengan fokus atau menyimak sebuah pesan dengan kedalaman tertentu tanpa terganggu oleh kegiatan lainnya sehingga penerimaan pesan menjadi lebih maksimal dan mendalam. Dalam penelitian ini, informan diberikan pernyataan mengenai kualitas informan dalam menggunakan media

Instagram @MenjadiManusia.id. Pada item pernyataan Delapan hingga sebelas, termasuk ke dalam bagian dari Terpaan Pesan kesehatan mental termasuk ke dalam bagian dari Terpaan Pesan kesehatan mental yang masuk ke dalam variabel terpaan media. Setelah melalui proses dalam menghitung data 400 informan pada kuesioner, dari empat item pernyataan yang telah diisi oleh informan, item yang mendapatkan persentase atau angka tertinggi adalah item pernyataan delapan.

Pada pernyataan delapan yaitu “Saya serius saat melihat unggahan pada Instagram @MenjadiManusia.id yang muncul di timeline..”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 299 informan atau setara dengan 74.8% menyatakan setuju, sejumlah 75 Informan atau setara dengan 18.8% menyatakan sangat setuju, sejumlah 22 informan atau setara dengan 5.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangattidak setuju.

- Melalui data yang telah didapatkan dari kurang lebih empat ratus informan, sejumlah 374 informan atau setara dengan 93.6% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju.. Artinya dari banyaknya informan serius saat melihat unggahan pada Instagram @MenjadiManusia.id yang muncul di timeline. Melalui hasil dari pernyataan tersebut dapat dilihat bahwa informan dalam menerima informasi atau pesan yang diberikan oleh Instagram @MenjadiManusia.id memiliki kemauan untuk menerima pesan yang telah dikemas.

Menurut (Posner & Rothbart, 2018) dalam jurnalnya, menyatakan bahwa keadaan fokus atau serius secara sadar dengan menggunakan pikiran yang jelas akan adanya keinginan dalam menyikapi sebuah hal yang ada. Dengan adanya atensi ini menjadi faktor penentu juga yang berkaitan dengan aspek kognitif sehingga individu lebih mudah dalam mempelajari sesuatu yang baru dalam lingkungannya atau sesuatu yang asing. Dapat dikaitkan dengan pernyataan yang didapatkan bahwa 93.6% informan menyatakan bahwa mereka dengan serius atau atensi memperhatikan pesan atau informasi yang diberikan oleh Instagram @MenjadiManusia.id. Dapat dikatakan bahwa para informan dalam penelitian ini, memiliki keinginan untuk lebih mengerti mengenai pesan kesehatan mental yang disajikan oleh Instagram @MenjadiManusia.id.

4.3.2 Perubahan Sikap (Variabel Y)

Sesuai dengan yang ditentukan sebelumnya, variabel terikatnya adalah Perubahan sikap pengikut remaja akhir dari Instagram @MenjadiManusia.id, yang mana hal ini menjadi tolak ukur peneliti dalam menentukan dimensi dan menurunkannya ke dalam beberapa item pernyataan untuk ditanyakan kepada informan dalam formulir Google. Konsep perubahan sikap ini mengacu dari perubahan sikap yang dialami oleh remaja pengikut Instagram @MenjadiManusia.id karena terpengaruh oleh terpaan pesan kesehatan mental. Menurut (Zuchdi, 2013) dalam sikap dan yang menentukan terbentuknya sikap dengan aspek kognitif, aspek afektif dan aspek konatif, antara aspek memiliki hubungan yang mana membuat setiap aspek dapat menjadi penentu dalam orang bersikap. Tentunya dalam penelitian ini adalah perubahan sikap remaja karena terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id. Berikut ini adalah penjelasan mengenai item pernyataan yang diturunkan berdasarkan dari variabel perubahan sikap:

4.3.2.1 Kognitif

Pada item pernyataan dua belas hingga empat belas merupakan bagian dari aspek kognitif dalam sikap yang merupakan aspek yang masuk ke dalam variabel perubahan sikap. Melalui hasil dari proses yang dilakukan sebelumnya memberikan ketetapan terhadap aspek ini setelah mengolah 400 jawaban responden, berdasarkan hasil yang didapatkan dari ketiga item yang ditanyakan, pernyataan yang mendapatkan hasil yang paling tinggi adalah item pernyataan 14.

Pada tabel item pernyataan empat belas yaitu “Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif saya terkait kesehatan mental”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 253 informan atau setara dengan 63.2% menyatakan setuju, sejumlah 117 Informan atau setara dengan 29.3% menyatakan sangat setuju, sejumlah 26 informan atau setara dengan 6.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan 370 informan atau dengan persentase sekitar 92.5% jawaban informan menyatakan setuju dan

sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental.

Menurut (Arifin, 2015) dalam bukunya, Aspek kognitif dalam individu berhubungan dengan cara seseorang berpikir terhadap sesuatu, memiliki keyakinan terhadap sesuatu dan pengetahuannya akan sesuatu. Melalui aspek ini, seseorang dapat memberikan penilaian yang rasional terhadap sesuatu. Dalam penelitian ini menjadi hasil yang membuktikan bahwa 370 informan atau dengan persentase sekitar 92.5% percaya, pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental.

Maka dari itu bisa disimpulkan juga jika dikaitkan dengan teori bahwa 370 informan atau dengan persentase sekitar 92.5% melewati rute sentral yang membuat mereka menerima pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental.

4.3.2.2 Afektif

Pada item pernyataan lima belas hingga tujuh belas merupakan bagian dari aspek afektif dalam sikap yang merupakan aspek yang masuk ke dalam variabel perubahan sikap. Melalui hasil dari proses yang dilakukan sebelumnya memberikan ketetapan terhadap aspek ini setelah mengolah 400 jawaban responden, maka didapatkan dari ketiga item yang ditanyakan, pernyataan yang mendapatkan hasil yang paling tinggi adalah item pernyataan 15.

Pada pernyataan lima belas yaitu “Saya merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 268 informan atau setara dengan 67% menyatakan setuju, sejumlah 92 Informan atau setara dengan 20% menyatakan sangat setuju, sejumlah 36 informan atau setara dengan 9% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan 360 informan atau dengan persentase sekitar 90% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan merasa percaya

dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental

Menurut (Arifin, 2015) aspek afektif merupakan proses individu yang melibatkan perasaan, emosi, dan sisi emosional yang memiliki keterkaitan dengan suatu hal. Dalam respon yang diberikan melalui aspek ini dapat timbul respon yang positif maupun negatif sesuai dengan momen dalam hidup yang telah dilalui seseorang atau kelompok. Jika dikaitkan dengan penelitian ini, 360 informan atau dengan persentase sekitar 90% setuju dengan pernyataan yang diberikan yaitu merasa percaya dengan pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id dalam menjaga kesehatan mental. Yang mana dalam hal ini ada kata “Merasa” dalam pernyataan tersebut yang membuat pemaknaan ini sesuai dengan aspek afektif yang mana perasaan percaya informan saat melihat pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id agar mereka merasa perlu menjaga kesehatan mental mereka.

Dengan analisa yang dilakukan melalui acuan dari olah data serta dicocokkan dengan konsep yang ada, maka aspek afektif pada informan penelitian ini mempengaruhi emosi atau perasaan mereka dalam menjaga kesehatan mental karena terpaan pesan yang diberikan oleh Instagram @MenjadiManusia.id.

4.3.2.3 Konatif

Pada item pernyataan delapan belas hingga dua puluh merupakan bagian dari aspek konatif dalam sikap yang merupakan aspek yang masuk ke dalam variabel perubahan sikap. Melalui hasil dari proses yang dilakukan sebelumnya memberikan ketetapan terhadap aspek ini setelah mengolah 400 jawaban responden, maka didapatkan dari ketiga item yang ditanyakan, pernyataan yang mendapatkan hasil yang paling tinggi adalah item pernyataan 18.

Pada pernyataan delapan belas yaitu “Saya memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 303 informan atau setara dengan 75.8% menyatakan setuju, sejumlah 60 Informan atau setara dengan 15% menyatakan sangat setuju, sejumlah 29 informan atau setara dengan 7.2% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 8 informan atau setara dengan 2%

menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan 363 informan atau dengan persentase sekitar 90.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa informan memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id

Menurut (Arifin, 2015) hal yang menyangkut dengan konatif selalu berhubungan dengan perilaku seseorang, niat serta tindakan seseorang yang menjadi hasil sikap dari perubahan seseorang. Pada aspek ini, individu telah mengubah informasi yang telah dilalui dengan aspek kognitif dan afektif menjadi sikap baru atau kebiasaan yang menjadi milik mereka. Oleh karena itu jika dikaitkan dengan penelitian ini, , jika dijumlahkan 363 informan atau dengan persentase sekitar 90.8% saat menjawab item delapan belas yaitu informan memulai menjaga kesehatan mental setelah melihat pesan dari Instagram @MenjadiManusia.id. Hal ini menjadi salah satu bukti bahwa informan telah terpersuasi melalui terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia.id.

4.3.3 Temuan Tambahan

Berdasarkan dari hasil deskripsi yang dilakukan pada sub bab sebelumnya serta analisa yang dilakukan menggunakan teori, maka dengan ini tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Pengaruh Terpaan Pesan Kesehatan Mental Pada Instagram @Menjadimanusia.Id Terhadap Perubahan Sikap Remaja. Melalui hal tersebut maka ditemukan temuan lainnya mengacu dari pengolahan data dari 400 Informan penelitian dan juga hasil pengolahan data. Berikut adalah temuan tambahan yang penelitia temukan:

4.3.3.1 Item Variabel Terpaan Media (X) dan Variabel Perubahan Sikap (Y) Tertinggi

Pada penelitian ini mendapatkan hasil yang paling tinggi dari masing-masing variable penelitian. Mulai dari variabel independen ataupun variabel dependennya. Pada variabel X atau Terpaan Media, dimensi yang paling tinggi didapatkan pada dimensi frekuensi, sedangkan pada variabel Y atau Perubahan

sikap, dimensi yang paling tinggi didapatkan pada dimensi kognitif. Melalui hasil dari kuesioner terhadap 400 informan memberikan hasil dari pernyataan kalimat sebelumnya.

Pada variabel X, frekuensi menjadi dimensi yang mendapatkan hasil tertinggi. Salah satu hasil tertinggi ada pada pernyataan item ke 2 pernyataan dua yaitu “Dalam sehari saya sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id (2-3 Kali)”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 273 informan atau setara dengan 68.3% menyatakan setuju, sejumlah 90 Informan atau setara dengan 22.5% menyatakan sangat setuju, sejumlah 29 informan atau setara dengan 7.2% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 8 informan atau setara dengan 2% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan sekitar 363 informan atau sesuai dengan persentase 90.8% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa mereka sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id.

Pada variabel Y, Kognitif menjadi salah satu dimensi yang mendapatkan hasil tertinggi. Salah satu hasil tertinggi ada pada item pernyataan empat belas yaitu “Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif saya terkait kesehatan mental”. Pada tabel tersebut memberikan data sejumlah 253 informan atau setara dengan 63.2% menyatakan setuju, sejumlah 117 Informan atau setara dengan 29.3% menyatakan sangat setuju, sejumlah 26 informan atau setara dengan 6.5% informan menyatakan tidak setuju, sejumlah 4 informan atau setara dengan 1% menyatakan sangat tidak setuju. Jadi, jika dijumlahkan 370 informan atau dengan persentase sekitar 92.5% jawaban informan menyatakan setuju dan sangat setuju. Artinya dari banyaknya informan menyetujui bahwa Pesan yang diberikan akun instagram @MenjadiManusia.id mengubah pemikiran negatif informan terkait kesehatan mental.

Melalui angka yang didapatkan dari hasil perhitungan masing-masing variabel menunjukkan bahwa adanya hasil yang dominan pada item pernyataan tersebut. Pada variabel X yaitu terpaan media, ada pada dimensi frekuensi dan pada variabel Y yaitu perubahan sikap, ada pada dimensi kognitif. Jika dikaitkan dengan teori *uses and effect*, hasil yang didapatkan bisa dikaitkan dengan beberapa bentuk keterkaitan yang disebutkan dalam teori ini dalam (Daryanto & Rahardjo, 2016)

yaitu dengan seseorang mengakses atau menggunakan media dapat menentukan hasil dari penggunaan media tersebut yang dapat juga disebut sebagai efek. Yang mana dalam penelitian ini, dari hasil frekuensi seseorang sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id menimbulkan efek kepada penggunanya yaitu dominan pada sisi kognitif. berdasarkan hal tersebut, informan lebih dominan mendapatkan efek perubahan sikap dalam sisi kepercayaan serta pengetahuan mereka terhadap kesehatan mental.

Disebutkan juga dalam (Daryanto & Rahardjo, 2016) bahwa penggunaan media dapat memiliki efek mengurangi aktivitas seseorang, entah itu negatif maupun positif. Namun, dari hasil penelitian ini melalui frekuensi seseorang sering mengakses Instagram @MenjadiManusia.id dapat mengubah stigma atau pemikiran negatif seseorang terhadap kesehatan mental. Hal tersebut menjadi konsekuensi yang juga disebutkan dalam teori ini tapi dalam hal ini konsekuensi serta efek yang ditimbulkan dapat dikatakan bernilai positif bagi penggunanya. Maka dari itu pada penelitian ini, dominasi informan pada frekuensi penggunaan media Instagram @MenjadiManusia.id dapat mengubah aspek kognitif informan terhadap stigma negatif terhadap kesehatan mental menjadi positif.

4.3.3.2 Membuktikan Bahwa Banyak Dari Remaja Akhir Mulai Memikirkan Kesadaran Kesehatan Mental

Pada penelitian ini, peneliti menentukan informan penelitian yaitu remaja terkhususnya remaja akhir. Menurut (Notoatmojo, 2014), masa remaja adalah sebuah proses mencari sebuah peluang, pembentukan identitas, pengalaman dan sebagainya walaupun ada resiko juga di dalamnya. Dalam masa remaja, seseorang akan berperilaku yang membentuk pandangan mereka sehingga hal tersebut membatasi pilihan mereka terhadap berbagai hal serta aspek kehidupan lainnya. Dalam masa remaja ini, seseorang akan mengalami kelabilan atau pencarian identitas untuk membentuk pemikiran, pengetahuan, kepercayaan dan cara mereka memandang hidup kedepannya nanti sebagai orang dewasa.

(Rahmah, 2022) dalam situs id.theasianparents.com melansir dari *Maternal & Child Health Programs*, menyatakan bahwa ada tiga fase remaja yaitu pertama

fase remaja awal yang berumur sepuluh sampai tiga belas tahun, remaja pertengahan berumur empat belas sampai tujuh belas tahun dan remaja akhir berumur delapan belas sampai dua puluh empat tahun. Dalam penelitian ini menggunakan remaja akhir berusia 18-24 tahun sebagai kriteria. Walaupun menurut (Rahmah, 2022) fase remaja akhir merupakan fase di mana remaja telah matang secara fisik dan mulai menjejaki fase dewasa namun hal tersebut bertolak belakang dengan survey populasi dalam (Annur, 2022) yang menyatakan bahwa remaja dari umur 18-24 memiliki masalah kesehatan mental, sekitar 52% dari masyarakat Indonesia dan setengah dari persentase tersebut adalah remaja akhir 18-24 tahun yang merasa dirinya memiliki masalah kesehatan mental sehingga menyebabkan gejala tertentu seperti, nafsu makan berkurang, suasana hati yang gampang berubah, ketakutan berlebihan dan sebagainya.

Maka jika dikaitkan dengan hasil pengolahan data kuesioner yang mana informan yang menjadi kriteria yaitu berusia 18-24 tahun pengikut Instagram @MenjadiManusia.id, hasilnya menyatakan bahwa informan remaja akhir terpengaruh dengan terpaan pesan kesehatan mental dari Instagram @MenjadiManusia sehingga akhirnya terjadi perubahan sikap yang dialami remaja akhir untuk lebih mementingkan kesehatan mental mereka. Dengan rata-rata informan mendapatkan persentase 88,75% dalam menjawab dua puluh item pernyataan yang diberikan, responden menjawab dengan setuju dan sangat setuju. Melalui angka tersebut menyatakan bahwa mereka mengalami perubahan sikap yang disebabkan oleh terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id.

4.3.3.3 Perempuan Lebih Dominan Dalam Kesadaran Kesehatan Mental

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan lembaran angket secara daring dengan melihat perbedaan gender yaitu laki-laki dan perempuan melalui pengisian kuesioner di formulir Google untuk mengetahui dominasi dari jenis kelamin yang mengisi kuesioner tersebut. Melalui olahan data kuesioner yang dihasilkan dari perhitungan kuesioner memberikan hasil perhitungan dengan jumlah 244 responden atau persentase sekitar 61% lebih banyak perempuan dibandingkan dengan laki-laki yang berjumlah 156 responden atau dengan persentase 39%.

Menurut psikologi dalam artikel News.unair.ac.id (Arifia, 2021), menyatakan bahwa perempuan lebih rentan terkena masalah gangguan kesehatan mental. Gender perempuan lebih mudah terkena masalah tersebut lantaran kultur masyarakat Indonesia terhadap perempuan dan tuntutan perempuan untuk selalu tampil sempurna sehingga dengan tanggung jawab tersebut maka akan lebih mudah mengalami kecemasan dan depresi. Contoh lainnya adalah tuntutan lingkungan seperti standar kecantikan di Indonesia. Menurut dari penelitian yang dilakukan 80% perempuan pernah mengidap gangguan makan atau stress akibat keinginan untuk diet sehingga memicu *eating disorder* dan bahkan memicu timbulnya masalah mental lainnya. Perempuan harus bisa lebih terbuka tentang masalah ini dan mencari dukungan serta pengetahuan mengenai kesehatan mental dan juga mencari kelompok untuk mendukung mereka (Arifia, 2021).

Penjelasan pada paragraf sebelumnya diperkuat dengan salah satu pernyataan dalam sebuah kajian oleh (Putri D. S., 2023), dalam penelitian tersebut responden yang dipilih adalah mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki. Kemudian ia ingin melihat mengenai kesadaran masing-masing gender terhadap kesadaran untuk mencari dukungan dalam menjaga kesehatan mental mereka. Dalam jurnal ini memberikan hasil bahwa mahasiswa perempuan memiliki sikap yang lebih positif dalam mencari bantuan atau dukungan dibandingkan laki-laki.

Melalui data yang disajikan di atas mendukung data hasil yang dilakukan peneliti, bahwa perempuan dalam hal ini lebih banyak dalam mencari informasi atau media mengenai kesehatan mental yang pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa responden perempuan dengan jumlah 244 responden atau persentase sekitar 61% lebih mendominasi dalam terkena terpaan pesan kesehatan mental dan mengubah perilaku mereka untuk menjaga kesehatan mental mereka jika diukur dengan yang menjawab laki-laki berjumlah 156 informan atau sama dengan 39%.