

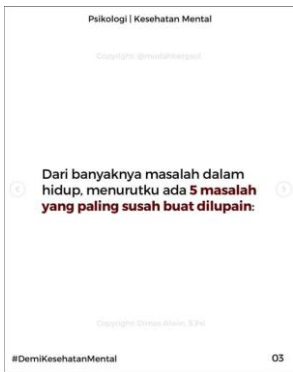



Lampiran- Lampiran

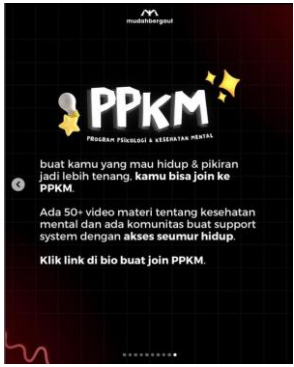
Lampiran 1 *Coding Sheet*

No	Slide	Gambar	Periode	Teks	Kategori
1	slide 1		3-Nov		<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
2	slide 2				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

3	slide 3				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
4	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

5	slide 5	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright © Simulasi Bergegas</p> <p>#2 TERJEBAK DI HUBUNGAN TOXIC Orang tua toxic, rekan kerja toxic, atau pasangan toxic.</p> <p>Terjebak di hubungan toxic bisa bikin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trauma • Ketakutan • Kesepian • Sering insecure & overthinking • Ngerasa bersalah atas suatu hal yang bukan salah kamu <p>Copyright © Simulasi Bergegas</p> <p>#DemiKesehatanMental 05</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
6	slide 6	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright © Simulasi Bergegas</p> <p>#3 PERPISAHAN Perceraian, putus hubungan, atau ditinggal jauh sama teman dekat.</p> <p>Selain kematian, menurutku gak ada orang yang siap buat menghadapi perpisahan.</p> <p>Perpisahan pasti bikin luka di hati.</p> <p>Copyright © Simulasi Bergegas</p> <p>#DemiKesehatanMental 06</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

7	slide 7	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright © Demas Akhri, S.Psi</p> <p>#4 KEGAGALAN Gagal di pekerjaan, gagal di kuliah, gagal di sekolah, apapun itu.</p> <p>Meskipun ada yang bilang kegagalan itu adalah keberhasilan yang tertunda.</p> <p>Tetep aja kegagalan itu bikin sakit hati.</p> <p>Copyright © Demas Akhri, S.Psi</p> <p>#DemiKesehatanMental 07</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
8	slide 8	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright © Demas Akhri, S.Psi</p> <p>#5 JADI KORBAN KEKERASAN / KORBAN BULLYING Cak ada orang yang mau dapet kekerasan, gak ada orang yang mau dibully.</p> <p>Jadi korban kekerasan dalam bentuk apapun bisa bikin kamu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trauma • Turun rasa percaya diri • Susah percaya lagi sama orang • Punya insecurity tinggi <p>Copyright © Demas Akhri, S.Psi</p> <p>#DemiKesehatanMental 08</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>


9	slide 9	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @mumukhergani</p> <p>SOLUSI BUAT KAMU YANG PERNAH / LAGI NGALAMIN 5 MASALAH TADI:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belajar menerima kenyataan, keadaan, dan masa lalu • Belajar jadi orang yang tegas dan jelas, khususnya dalam hubungan • Belajar bikin batasan sama orang lain • Fokus sama diri kamu yang sekarang • Penting bagi kamu buat cari support system <p>*DETAIL SEMUA SOLUSI INI ADA DI MODUL 6 KOMUNITAS PPKM</p> <p>Copyright: @mumukhergani</p> <p>#DemikesehatanMental 09</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
10	slide 10				<p>Message Sideness: One side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>




11	slide 1	<p>#DemiKesehatanMental</p> <p>Lakuin 5 Hal Ini Biar Hubungan Kamu Sama Orang Lain Gak Jadi Toxic</p> <p>Dimas Alwin Haryono, S.Psi</p>	7-Nov-22		<p>Message Sideness: One side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
12	slide 2	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @smulkitbagasul</p> <p>Kita semua mungkin sepekat kalau gak ada orang yang mau terjebak di hubungan yang toxic.</p> <p>Siapa juga yang mau? Ya kan?</p> <p>Copyright: Dimas Alwin, S.Psi</p> <p>#DemiKesehatanMental 02</p>			<p>Message Sideness: One side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>


13	slide 3	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright, Simas Alkoni, S.Psi</p> <p>PASTINYA.. Kita semua mau hubungan kita sama orang lain itu baik-baik aja.</p> <p>Sama orang tua, sama temen, sama pasangan, sama rekan kerja, dsb.</p> <p>Copyright, Simas Alkoni, S.Psi</p> <p>#DemiKesehatanMental 03</p>			<p>Message Sideness: One side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
14	slide 4	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright, Simas Alkoni, S.Psi</p> <p>OLEH KARENA ITU.. Biar hubungan kita sama orang lain gak jadi toxic, menurutku bisa dimulai dari ngelakuin 5 hal ini:</p> <p>Copyright, Simas Alkoni, S.Psi</p> <p>#DemiKesehatanMental 04</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



15	slide 5	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @mualifbergas</p> <p>#1 JALIN KOMUNIKASI YANG BAIK Contohnya..</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kalau ada masalah, apa yang harus dilakuin dari kedua pihak. Sama2 diem dulu / langsung diomongin? • Kalau lagi curhat-curhatan, sukanya ditanggepin kaya gimana? <p>Intinya diobrolin semuanya biar jadi sama2 tau, ngerti, dan paham.</p> <p>Copyright: @mualifbergas</p> <p>#DemiKesehatanMental 05</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
16	slide 6	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @mualifbergas</p> <p>#2 JADI PENDENGAR YANG BAIK Belajar untuk bisa jadi wadah orang lain buat bercerita ke kamu, ini skill yang mahal banget nih.</p> <p>Mulai dari berempati, gak mendang-mending, gak ngejudge, gak nyalah-nyalahin, gak banding-bandingin, dsb.</p> <p>Copyright: @mualifbergas</p> <p>#DemiKesehatanMental 06</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



17	slide 7	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @musabibergaul</p> <p>#3 MEMANUSIAKAN MANUSIA</p> <p>Mulai dari:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Three magic words, biasain ucap terima kasih, ucap tolong, dan minta maaf kalau ada salah • Hargai & apresiasi waktu mereka, usaha mereka, hasil kerja mereka <p>Copyright: @musabibergaul</p> <p>#DemikesehatanMental 07</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
18	slide 8	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @musabibergaul</p> <p>#4 TIMBAL BALIK</p> <p>Hubungan sama orang itu 2 arah, sama siapapun itu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belajar terima masukkan, kritik, saran • Belajar ngertiin & peduli ke orang lain <p>Jangan maunya ngekritik doang. Jangan maunya dingertiin terus. Jangan maunya dipeduliiin terus.</p> <p>Copyright: @musabibergaul</p> <p>#DemikesehatanMental 08</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>

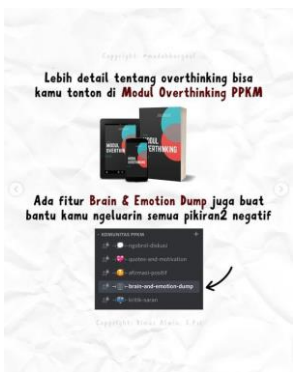

19	slide 9	<p>Psikologi Kesehatan Mental</p> <p>Copyright: @muda@bergini</p> <p>#5 KEJUJURAN & KEPERCAYAAN Ini 2 poin yang mahal juga nih.</p> <p>Sebisa mungkin belajar jadi orang yang jujur dan bisa dipercaya sama orang lain.</p> <p>Semakin tinggi kejujuran & kepercayaan, hubungan kamu sama orang lain bakal ikut membaik.</p> <p>Copyright: @muda@bergini</p> <p>#DemiKesehatanMental 09</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
20	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



21	slide 1		10-Nov-22	<p>Kalau kamu biasanya pas lagi overthinking tuh mikirin apa??</p> <p>.</p> <p> Klik link di bio buat join PPKM buat nonton modul overthinking dan join komunitasnya.</p> <p>.</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
22	slide 2			<p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



23	slide 3				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
24	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



25	slide 5	 <p>3 PERTOLONGAN PERTAMA BUAT MENGATASI OVERTHINKING:</p> <p>CURHAT NGOMONG SENDIRI MENULIS</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
26	slide 6	 <p>#! CURHAT</p> <p>Curhat ke orang yang kamu percaya. minta mereka buat dengerin ocehan kamu & minta mereka buat nenangin kamu.</p> <p>curhat ke profesional pasangan orang tua komunitas</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



27	slide 7				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
28	slide 8				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



29	slide 9	 <p>Copyright: PsikologiKediri</p> <p>Lebih detail tentang overthinking bisa kamu tonton di Modul Overthinking PPKM</p> <p>Ada fitur Brain & Emotion Dump juga buat bantu kamu ngeluarin semua pikiran2 negatif</p> <p>Copyright: Yana, Riana, I.Psi</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
30	slide 10	 <p>PPKM Program Psikologi & Kesehatan Mental</p> <p>Langsung aja klik link di bio dan pilih JOIN PPKM buat liat info selengkapnya:</p> <p>Copyright: Bima Alwin, I.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>




31	slide 1			<p>Tag pasangan atau temen kamu biar jadi sadar dan gak ngelakuin komunikasi toxic kaya gini lagi 😊</p> <p>·</p> <p>📌 Klik link di bio buat join PPKM kalau kamu mau hidup & pikiran kamu lebih tenang, dan punya hubungan baik sama orang.</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
32	slide 2		15-Nov-22	<p>·</p> <p>Referensi: The Four Horsemen by John Gottman</p> <p>·</p> <p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



33	slide 3	 <p>KOMUNIKASI TOXIC BISA TERJADI DENGAN SIAPAPUN</p> <p>Dengan pasangan kamu Dengan keluarga kamu</p> <p>Dengan teman kamu</p>		<p>#katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
34	slide 4	 <p>4 KOMUNIKASI TOXIC DALAM HUBUNGAN YANG SERING TERJADI</p> <p>CRITISM CONTEMPT</p> <p>DEFENSIVENESS STONEMALLING</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



35	slide 5	 <p>#1 CRITISM Kritik secara berlebihan, nyalahin orang lain atas perbuatannya dengan kalimat yang "menyerang".</p> <p>Kamu tuh jadi orang ngapa banget!</p> <p>Kamu tuh susah banget sih dikasih taunnya!</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
36	slide 6	 <p>#2 CONTEMPT Lebih parah dari critism, suka ngohina & ngerendahin orang lain secara kasar.</p> <p>Yallah baperan ah, lebay!</p> <p>Haruh gitu aja maaa gak bisa sih!</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



37	slide 7	 <p>#3 DEFENSIVENESS Salatu ngebela diri, merasa paling benar, gak mau nerima kritik / masukan, suka playing victim. Aku mah emang sini orangnya, kalau kamu gak suka ya pergi aja.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
38	slide 8	 <p>#4 STONEWALLING Suka lari dari masalah, kabur, menghilang. Kalau ada masalah sengaja ngediemin orang lain biar mereka sadar sendiri (silent treatment). Udah lah sausah dibahas, udah lah lupain aja. Yaudah terserah kamu aja lah.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



39	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
40	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



41	slide 1		17-Nov-22		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
42	slide 2			<p>Semangat ya buat kamu apapun masalah yang lagi kamu alami ❤️</p> <p>.</p> <p> Klik link di bio buat join ke komunitas PPKM kalau kamu lagi butuh dukungan emosional</p> <p>.</p> <p>#mudahbergaul #kesehatanmental</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



43	slide 3		<p>#psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivasionline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatomotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
44	slide 4			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



45	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
46	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



47	slide 7				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
48	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



49	slide 9				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
50	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

51	slide 1		19-Nov-22	<p>Pernah gak kamu ketemu orang yang kaya gini? Atau bahkan kamu sendiri yang begini ke orang lain? 🙄</p> <p>·</p> <p>📌 Klik link di bio buat join ke PPKM</p> <p>·</p> <p>Referensi:</p> <p>Williams, K. D., Shore, W. J., & Grahe, J. E. (1998). The Silent Treatment: Perceptions of its Behaviors and Associated Feelings. <i>Group Processes & Intergroup Relations</i>, 1(2), 117–141.</p> <p>·</p>	<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Infromatif</p>
52	slide 2			<p>·</p> <p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivasionline</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Infromatif</p>

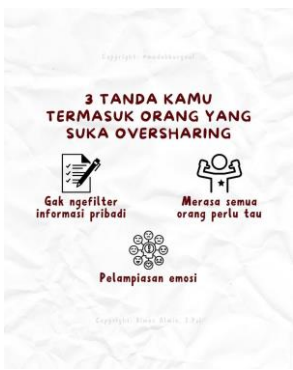

53	slide 3			<p>#motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Infomatif</p>
54	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuastif</p>



55	slide 5	 <p>Copyright: Hasmahsugandi</p> <p>Silent treatment itu gak menyelesaikan masalah. Justru bisa ngerusak hubungan.</p> <p>Silent treatment juga termasuk salah satu bentuk kekerasan emosional.</p> <p>Copyright: Hasmahsugandi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
56	slide 6	 <p>Copyright: Hasmahsugandi</p> <p>Biasanya yang suka silent treatment itu karena dia capek udah ngomong berkali-kali tapi orang lain tetep gak berubah.</p> <p>haduh udah dibilangin masih aja begitu terus</p> <p>Dah lah diemin aja, capek ngasih tau nya</p> <p>Copyright: Hasmahsugandi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

57	slide 7	 <p>Copyright: Hestahana.com</p> <p>Hmm.. tapi apakah capek itu bisa dijadikan pembenaran buat ngelakuin perilaku toxic?</p> <p>Kalau menurutku, gak ada hal yang bisa membenarkan perilaku toxic. Termasuk capek.</p> <p>Copyright: Hestahana.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
58	slide 8	 <p>Copyright: Hestahana.com</p> <p>NAMANYA JUGA MANUSIA..</p> <p>Tempatnya salah</p> <p>Butuh waktu buat memperbaiki diri</p> <p>Suka jatuh ke lubang yang sama</p> <p>Butuh waktu buat berubah</p> <p>Wajar kalau masih ngelakuin kesalahan yang sama. Semua butuh proses.</p> <p>Copyright: Hestahana.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

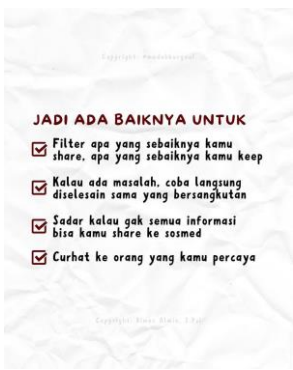

59	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
60	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>


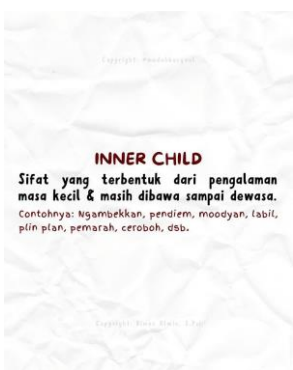
61	slide 1		22-Nov-22		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
62	slide 2			<p>Siapa nih yang pernah oversharing kaya gini? Baru tau gak kalau ini tuh termasuk oversharing? 🤔 🤔</p> <p>.</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM</p> <p>.</p> <p>Referensi: Akhtar, H. (2020). Perilaku oversharing di media sosial :</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



63	slide 3			<p>ancaman atau peluang?. Jurnal pemikiran dan penelitian psikologi. 25 (2) 257 - 270</p> <p>Mawarningsih, A., Trisnani, R., & Kadafi, A. (2022). Fenomenologi perilaku oversharing remaja.</p> <p>Angger, B. (2012). Oversharing :</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
64	slide 4			<p>presentations of self in the internet age. Library of congress katalogisasi</p> <p>.</p> <p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivasionline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatomotivasi #katakatasindiran</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



65	slide 5			<p>#katakatalgalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
66	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

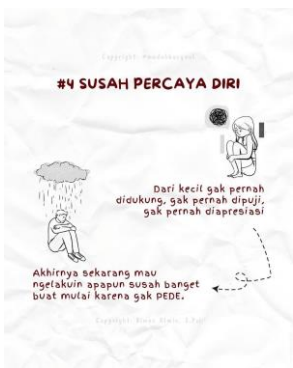

67	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
68	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

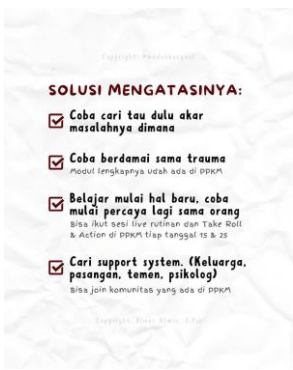

69	slide 9				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
70	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

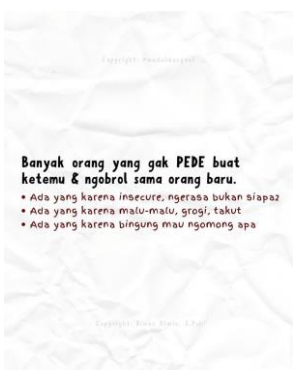
71	slide 1		2 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
72	slide 2				



73	slide 3	 <p>Tagline: #AntiKorupsi</p> <p>Jedi People Pleaser Tertutup</p> <p>4 CIRI INNER CHILD KAMU TERLUKA</p> <p>Over-criticism Susah percaya diri</p> <p>Copyright: State, 2016. S.P.01</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
74	slide 4	 <p>Tagline: #AntiKorupsi</p> <p>#1 JADI PEOPLE PLEASER</p> <p>Dari kecil kurang kasih sayang, gak pernah diapresiasi, gak pernah dihargai.</p> <p>Akhirnya sekarang jadi mauka nyenejin semua orang biar bisa diterima, diapresiasi, dibayang, dihargai.</p> <p>Copyright: State, 2016. S.P.01</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



75	slide 5	 <p>#2 JADI ORANG YANG TERTUTUP</p> <p>Dari kecil gak pernah didenger, dikekang, sering disalahkan, sering dimarahin</p> <p>Akhirnya sekarang jadi gak suka dapet kritik, masukan, jadi susah percaya, takut nyoba hal baru</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
76	slide 6	 <p>#3 OVER-CRITICISM</p> <p>Dari kecil selalu dituntut buat nurutin kemauan orang lain, dihujani ekspektasi tinggi dari orang</p> <p>Akhirnya sekarang jadi perfeksionis banget, takut gagal, selalu ngerasa kurang, bingung sama tujuan hidup</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



77	slide 7	 <p>#4 SUSAH PERCAYA DIRI</p> <p>Dari kecil gak pernah didukung, gak pernah dipuji, gak pernah diapresiasi</p> <p>Akhirnya sekarang mau ngetauin apapun susah banget buat mulai karena gak PEDE.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
78	slide 8	 <p>EFEK BURUK INNER CHILD TERLUKA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bisa bikin kamu jadi susah berhubungan baik sama orang lain <input checked="" type="checkbox"/> Bisa bikin kamu kehilangan kesempatan2 baik <input checked="" type="checkbox"/> Selalu dihantui masa lalu <input checked="" type="checkbox"/> Selalu dihantui overthinking, insecure, anxiety, trauma 			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



79	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
80	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

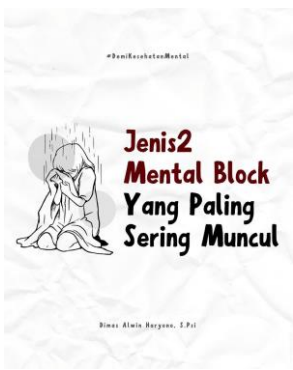

81	slide 1		3 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
82	slide 2				



83	slide 3	 <p>4 TIPS BIAR KAMU BISA PEDE NGOBROL SAMA ORANG BARU</p> <p>Pura2 PEDE Kepo</p> <p>Adaptasi Gestur Tubuh</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
84	slide 4	 <p>#1 FAKE IT UNTIL YOU MAKE IT</p> <p>PEDE itu perlu dibentuk, dicoba, dilatih, dilakui berulang kali. Gak bisa instan langsung PEDE.</p> <p>Kamu bisa mulai dari pura2 PEDE dulu meskipun sebenarnya gsk PEDE. Modat yakin aja.</p> <p>Sampai pada akhirnya kamu terbiasa dan jadi PEDE beneran.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



85	slide 5	 <p>#2 PENTINGNYA KEPO</p> <p>Ngobrol itu bukan 2 arah. Kepo salah satu cara yang bikin obrolan jadi ngalir & nunjukin ketertarikan kamu.</p> <p>Kamu juga perlu nanya ke lawan bicara, jangan cuma ngomong kalau ditanya aja.</p> <p>Saling tanya, saling jawab, saling berpendapat. Namanya juga ngobrol.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
86	slide 6	 <p>#3 GESTUR TUBUH</p> <p>Penting juga buat kamu perhatiin postur tubuh kamu waktu ngobrol sama orang.</p> <p>Jangan sibuk sendiri, jangan main hp, coba eye contact, arahin posisi badan kamu ke arah mereka.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



87	slide 7	 <p>Copyright: Pemasaran.com</p> <p>#4 ADAPTASI</p> <p>Namanya baru ketemu, kamu pasti belum tau dia tipikal ngobrolnya gimana, jadi perlu disesuaikan.</p> <p>pilih topik yang umum dulu, jangan asal bercanda yang sensitif, belajar berempati</p> <p>Copyright: Pemasaran.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
88	slide 8	 <p>Copyright: Pemasaran.com</p> <p>TAPI.. TEORI TANPA PRAKTEK ITU PERCUMA</p> <p>Percuma kalau teori udah mantep tapi gak dipraktikkan, gak dicoba, gak dilakuin.</p> <p>Bingung mau prakteknya dimana dan gimana?</p> <p>Copyright: Pemasaran.com</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



89	slide 9				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
90	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

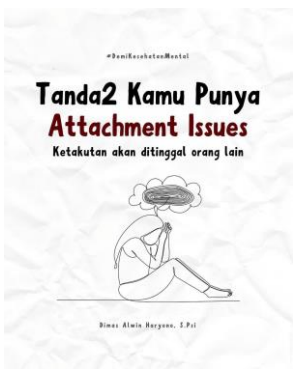

91	slide 1		4 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
92	slide 2				



93	slide 3	 <p>4 JENIS MENTAL BLOCK YANG PALING SERING MUNCUL:</p> <p>SELF DOUBT FIXED MINDSET</p> <p>INDECISION & UNCERTAINTY COMPARISON</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
94	slide 4	 <p>#1 SELF DOUBT Ketika kamu ragu sama diri kamu sendiri.</p> <p>Takut gak bisa, takut gak mampu, takut gak nyaman, takut gagal, takut gak ada yang suka. Pokoknya serba ragu & takut, padahal belum dicoba sama sekali.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



95	slide 5	 <p>#2 COMPARISON Ketika kamu sering ngebanding-bandingin diri sendiri sama orang lain.</p> <p>Orang lain maju, kamu insecure. Orang lain bisa, kamu down. Orang lain sukses, kamu iri. Padahal hidup itu bukan lomba-lomba.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
96	slide 6	 <p>#3 INDECISION & UNCERTAINTY Ketika kamu bingung apa yang sebenarnya mau kamu lakukan dalam hidup.</p> <p>Sukanya banyak, pengennya banyak. Akhirnya jadi bingung & gak bisa milih mau ngelakuin yang mana, ujung-ujungnya gak ngapa-ngapain.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



97	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
98	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

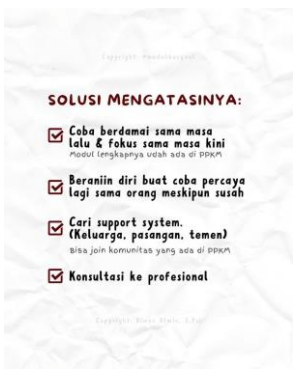

99	slide 9	 <p>SOLUSI MENGATASINYA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Fokus sama kemampuan diri sendiri, cari tujuan hidup <input checked="" type="checkbox"/> Coba kendalikan pikiran, jangan kebanyakan mikir negatif terus <small>Bisa kamu tenton di modul overthinking PPKM</small> <input checked="" type="checkbox"/> Take action, berani mencoba, yakin sama diri sendiri <small>Bisa kamu tenton di modul insecure dan ikut sesi Take Roll & Action yang ada di PPKM</small> <input checked="" type="checkbox"/> Minta dukungan orang sekitar buat bantu ngeyakinin kamu. (Keluarga, pasangan, teman, psikolog) <small>Bisa join komunitas yang ada di PPKM</small> <p><small>Copyright: Bima Alwin, 2021</small></p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
100	slide 10	 <p>PPKM PROGRAM PSIKOLOGI & KESEHATAN MENTAL</p> <p>Semua kebutuhan kamu tentang kesehatan mental & solusi masalah hidup bisa kamu coba cari di PPKM. Klik link di bio buat join:</p> <p>Dimas Alwin - @mudalbergaul @saya_bisa_juga_saya_bisa_saya_bisa saya_bisa_juga_saya_bisa_saya_bisa</p> <p>Join PPKM Biar Hidup & Pikiran Kamu Lebih Tenang</p> <p><small>Copyright: Bima Alwin, 2021</small></p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



101	slide 1		6 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
102	slide 2				



103	slide 3	 <p>Copyright: Psikologi.com</p> <p>ATTACHMENT ISSUE BISA MUNCUL KARENA:</p> <p>Faktor trauma Contohnya: pernah ditinggalkan, dikhianatin, dibohongin, dibikin patah hati, dsb.</p> <p>Inner child yang terluka Contohnya: kurang kasih sayang, gak pernah dihargai, gak pernah diapresiasi, gak pernah diajungi</p> <p>Copyright: Psikologi.com, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
104	slide 4	 <p>Copyright: Psikologi.com</p> <p>3 TANDA KAMU PUNYA ATTACHMENT ISSUES:</p> <p>Berubah Demi Orang Lain Susah Percaya Insecure yang Tinggi</p> <p>Copyright: Psikologi.com, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



105	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
106	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



107	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
108	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

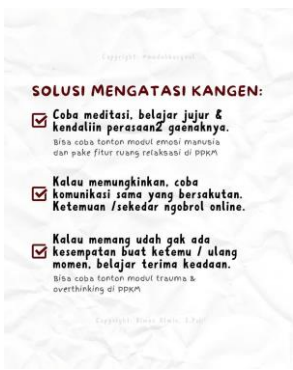

109	slide 9	 <p>SOLUSI MENGATASINYA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Coba berdamai sama masa lalu & fokus sama masa kini <small>Modul tengkapnya udah ada di PPKM</small> ☑ Beraniin diri buat coba percaya lagi sama orang meskipun susah ☑ Cari support system. (Keluarga, pasangan, temen) <small>Bisa join komunitas yang ada di PPKM</small> ☑ Konsultasi ke profesional 			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
110	slide 10	 <p>PPKM PROGRAM PENCEGAHAN & KEBERHAJATAN MENTAL</p> <p>Semua kebutuhan kamu tentang kesehatan mental & solusi hidup bisa kamu coba cari di PPKM. Klik link di bio buat join PPKM</p> <p>Dimas Alwin - @mudahbergaul Siapa bilang jadi orang tua itu gampang? Kamu butuh bantuan siapa? 🤔</p> <p>Join PPKM Biar Hidup & Pekerjaan Kamu Lebih Tenang</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



111	slide 1		8 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
112	slide 2				

113	slide 3	 <p>#1 EMOSI GAK STABIL</p> <p>Kalau lagi kangen biasanya kamu akan jadi lebih sensitif dari biasanya.</p> <p>Contohnya: Gampang badmood, pengennya nangis terus, sedih, gampang marah.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
114	slide 4	 <p>#2 "URING-URINGAN"</p> <p>Kangen itu kadang rasanya "menyiksa"</p> <p>Contoh yang paling sering dirasakan dari uring-uringan itu getirah setiap saat, susah banget buat tenang.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>


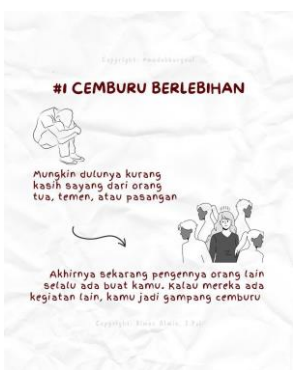
115	slide 5	<p>Copyright: Pemasaran.com</p> <p>#3 TERUS MENERUS & BERULANG Kangen biasanya gak ilang2 kalau kamu belum kesampean buat ketemu orang yang kamu kangenin.</p>  <p>Contohnya: Lagi sibuk sama kejadian masing2, terpisah karena jarak, atau bahkan udah lost contact :)</p> <p>Copyright: Pemasaran.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
116	slide 6	<p>Copyright: Pemasaran.com</p> <p>#4 BIKIN OVERTHINKING Berawal dari kangen biasanya juga jadi bikin suka overthinking sendiri.</p>  <p>Contohnya: Jadi suka mikir aneh2, bikin kepikiran terus, malem jadi susah tidur.</p> <p>Copyright: Pemasaran.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



117	slide 7	 <p>#5 TIBAZ NYARI KESIBUKKAN Suka tiba2 nyibukkin diri sendiri biar bisa "lupa" sama kangennya.</p> <p>Contohnya: Pergi kesana kesini, tibaz beberes rumah, pokoknya nyari banyak kegiatan. Padahal mah ujungnya kangen lagi :)</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
118	slide 8	 <p>BEDANYA COWO & CEWE KETIKA KANGEN:</p> <p>Cowo Biasanya langsung to the point ngomong atau langsung ngajak ketemu.</p> <p>Cewe Biasanya suka gengsi mau ngomong.</p> <p>Jadinya lebih milih ngadiri, suka bete & badmood tibaz, dan malah suka memicu "keributan" :)</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



119	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
120	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



121	slide 1		11 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
122	slide 2				



123	slide 3				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
124	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

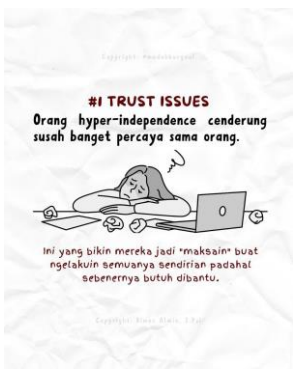

125	slide 5	 <p>3 TANDA KAMU NGALAMIN ABANDONMENT ISSUES:</p> <p>Cemburu Berlebihan Terlalu Bergantung Nyangkut di Hubungan Toxic</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
126	slide 6	 <p>#I CEMBURU BERLEBIHAN</p> <p>Mungkln dulunya kurang kasih sayang dari orang tua, temen, atau pasangan</p> <p>Akhirnya sekarang pengennya orang lain selalu ada buat kamu. Kalau mereka ada kegiatan lain, kamu jadi gampang cemburu</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



127	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
128	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

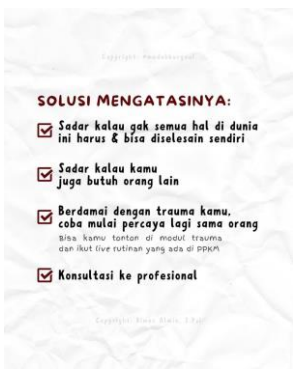

129	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
130	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



131	slide 1		13 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
132	slide 2				



133	slide 3				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
134	slide 4				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>


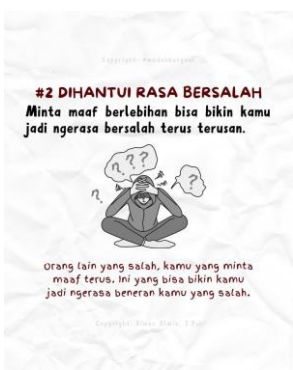
135	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
136	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>


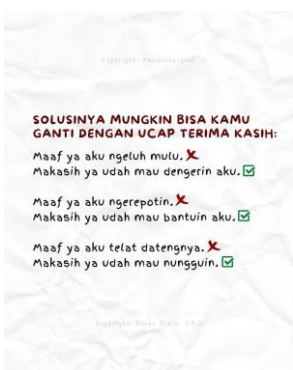
137	slide 7	 <p>#3 TERTUTUP</p> <p>Orang hyper-independence biasanya tertutup banget tentang kehidupannya.</p> <p>Gamau cerita, gamau minta bantuan, gamau punya hubungan yang intens karena mereka gak percaya sama orang.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
138	slide 8	 <p>EFEK BURUK HYPER-INDEPENDENCE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bisa bikin kamu jadi stress, capek, dan kowalahan sendiri. <input checked="" type="checkbox"/> Mengundang resiko kamu ngalamin burnout. <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu jadi susah berhubungan sama orang lain <input checked="" type="checkbox"/> Selalu dihantui perasaan2 negatif dan gak enak 			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

139	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
140	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



141	slide 1		15 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
142	slide 2				



143	slide 3				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
144	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



145	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
146	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



147	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
148	slide 8				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



149	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
150	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



151	slide 1		19 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
152	slide 2				



153	slide 3	 <p>TANDA KAMU LAGI JADI KORBAN PELAMPIASAN:</p> <p>Gak serius, gak ada komitmen</p> <p>Selalu bahas mantan</p> <p>Ajang "Pamer"</p> <p>Gak Jujur & Tertutup</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
154	slide 4	 <p>#1 GAK SERIUS & GAADA KOMITMEN</p> <p>Kamu cuma dijadikan tempat "penghilang" rasa sakit aja. Kalau kamu nanya keseriusan / komitmen dia gamau jawab.</p> <p>Cuma main aja pengennya, gak mau diajak ngobrol serius, kamu ngerasa dia gak ada effort, sikapnya dingin, cuek, gak peduli.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



155	slide 5	 <p>#2 SELALU BAHAS MANTAN Dia sering banget bahas mantannya ke kamu, bahkan mungkin suka banding-bandingin kamu sama mantannya.</p> <p>Mungkin karena dia belum bisa move on, akhirnya dia pengen 'ngepuat' kamu jadi kaya mantannya. Padahal ya gak gitu caranya...</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
156	slide 6	 <p>#3 AJANG "PAMER" Kamu dijadikan bahan "pamernya" dia buat ngasih tau orang2 kalau dia udah punya hubungan baru.</p> <p>Sering nge-repos kamu ke sosmednya dengan tujuan biar mantannya liat, bukan karena emang dia tulus sayang sama kamu.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



157	slide 7	 <p>#4 GAK JUJUR & TERTUTUP Orang yang ngelakuin rebound relationship biasanya gak mau jujur sama tujuan / perasaannya.</p> <p>bitangnya sih serius, udah move on, bitangnya sayang sama kamu, tapi kamu justru ngerasain yang sebaliknya.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
158	slide 8	 <p>BAHAYANYA BUAT KAMU:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu dihantui ketidakpastian, ketakutan, dan kegelisahan <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu ngerasa usaha sendirian, bertepuk sebelah tangan. <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu kesepian <input checked="" type="checkbox"/> Paling parahnya, bisa bikin kamu jadi trauma & mati rasa 			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



159	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
160	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



161	slide 1	 <p>#BaniKasihataMental</p> <p>Empty Love: Ketika Pasangan Kamu Udah Gak Sayang Lagi Sama Kamu</p> <p>Bimas Alwin Haryono, S.Psi</p>	21 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
162	slide 2	 <p>#BaniKasihataMental</p> <p>EMPTY LOVE</p> <p>Ketika pasangan kamu udah gak sayang sama kamu tapi di sisi lain dia juga gamau / gabisa udahan.</p> <p>Contohnya gamau udahan karena:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sayang hubungannya udah berjalan lama • Udah deket sama keluarga kamu • Dia ngerasa masih bisa "manfaatin" kamu <p>Bimas Alwin Haryono, S.Psi</p>			



163	slide 3	 <p>#BaniKasihdanMental</p> <p>TANDA KAMU LAGI JADI KORBAN EMPTY LOVE:</p> <p>Komunikasi berkurang Antusias berkurang</p> <p>Muncul keterpaksaan Muncul adu nasib</p> <p>Dimas Alwin Haryono, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
164	slide 4	 <p>#BaniKasihdanMental</p> <p>#! KOMUNIKASI BERKURANG</p> <p>Kamu ngerasa dia jadi males atau bahkan gamau ngebrol lagi sama kamu.</p> <p>Sering ilang-ilangan dan bahkan jadi "menghindar" biar gak ketemu kamu.</p> <p>Dimas Alwin Haryono, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



165	slide 5	 <p>#BaniKasihataMental</p> <p>#2 ANTUSIAS BERKURANG Kamu ngerasa dia udah mulai bosan, jenuh, dan gak peduli sama kamu.</p> <p>Dita jadi cuek banget gak kaya biasanya, sikapnya jadi dingin ke kamu, dan parahnya jadi suka mulai bohong ke kamu.</p> <p>Bimas Alwin Haryono, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
166	slide 6	 <p>#BaniKasihataMental</p> <p>#3 MUNCUL KETERPAKSAAN Semua yang dia lakuin cuma karena pengen ngehindarin debat aja, kasarnya dia selalu iya2 terus biar cepet beres.</p> <p>Bimas Alwin Haryono, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



167	slide 7	 <p>#BaniBacot@Bantol</p> <p>#4 MUNCUL ADU NASIB Dia jadi suka banding-bandingin kamu sama mantannya, jadi suka marah ke kamu karena kamu gak kaya mantannya</p> <p>*Dulu aku kalau sama mantanku tuh blablabla* *kenapa sih kamu gak bisa kaya dia?*" *Coba aja kamu kaya mantanku yang bisa blablabla*</p> <p>Bimas Alvin Hargono, S.Pd</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
168	slide 8	 <p>Copyright: Pambanangid</p> <p>EFEK KETIKA KAMU JADI KORBAN EMPTY LOVE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu ngerasa kesepian kaya gak punya siapa2 lagi. <input checked="" type="checkbox"/> Bikin kamu jadi sering overthinking & insecure karena sikapnya. <input checked="" type="checkbox"/> Bisa bikin kamu jadi trauma & mati rasa <input checked="" type="checkbox"/> Bisa bikin kamu jadi susah percaya lagi sama orang lain <p>Copyright: Bimas Alvin, S.Pd</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



169	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
170	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

171	slide 1		23 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
172	slide 2				



173	slide 3	 <p>Copyright: Psikologi.com</p> <p>TANDA KAMU PUNYA LUKA MASA LALU YANG BELUM SELESA!</p> <p>Mati Rasa Secara Emosional</p> <p>Overthinking & waspada berlebihan</p> <p>Sensitif sama hal spesifik</p> <p>Suka nyakitin orang lain</p> <p>Copyright: Psikologi.com</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
174	slide 4	 <p>Copyright: Psikologi.com</p> <p>#! MATI RASA SECARA EMOSIONAL</p> <p>Mungkin dulu kamu sering disakitin berulang kali sama orang lain</p> <p>Akhirnya sekarang kamu jadi ngerasa hidup datar banget dan jadi susah bahagi juga</p> <p>Copyright: Psikologi.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



175	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
176	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



177	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
178	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



179	slide 9	 <p>TIPS MENGOBATI LUKA MASA LALU:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ Beajar menerima masa lalu. Yang udah terjadi, ya udah. Bisa kamu tentan di modul trauma PPKM bagian The mindset of Trauma ☑ Pelan2 speak up, tumpahin semua rasa sakitnya, jangan dipendam lagi. Bisa coba speak up di Segmen Brain & Emotion Dump pppm atau di sesi live rutinannya ☑ Cari support system dan Pelan2 coba percaya lagi sama orang lain. Bisa coba mulai dari join komunitas di PPKM, Cereza ataua, sharing di sana. ☑ Konsultasi ke profesional <p>Copyright: Dimes Alwin, 2021</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
180	slide 10	 <p>PPKM PROGRAM PSIKOLOGI & KESEHATAN MENTAL</p> <p>Semua kebutuhan kamu tentang kesehatan mental & solusi hidup bisa kamu coba cari di PPKM. Klik link di bio buat join PPKM</p> <p>Dimas Alwin - @mudahbergaul Hi guys, udah join udah tau, nah ini, tolongin kamu cari semua kebutuhan di PPKM</p> <p>Join PPKM Biar Hidup & Pribadi Kamu Lebih Tenang</p> <p>Copyright: Dimes Alwin, 2021</p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>



181	slide 1		26 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
182	slide 2				



183	slide 3				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
184	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



185	slide 5	<p>Copyright: Pendidikan.com</p> <p>#1 ME TIME Kamu bisa coba nenangin diri dengan cara menyendiri dulu.</p>  <p>Contohnya: nonton bioskop sendiri, dengerin lagu galau, ke cafe sendiri, jalan sendiri. Sebebas dan senyamannya kamu aja.</p> <p>Copyright: Pendidikan.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
186	slide 6	<p>Copyright: Pendidikan.com</p> <p>#2 SELF TALK Ajak ngobrol & yakinin diri sendiri, kasih kalimat2 positif buat diri kamu.</p>  <p>Contoh:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "Aku gak seburuk apa yang orang bilang kok" • "Aku bangga sama diriku sendiri udah bisa berjuang dan bertahan sampai sekarang" <p>Copyright: Pendidikan.com</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



187	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
188	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

189	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
190	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>




191	slide 1		28 Desember 2022		<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Thread Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
192	slide 2				



193	slide 3				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
194	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



195	slide 5				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
196	slide 6				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

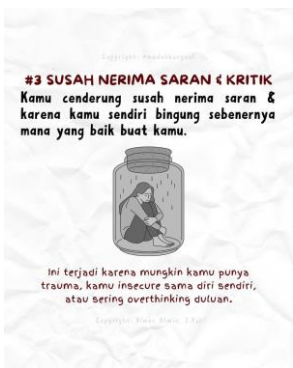

197	slide 7				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
198	slide 8				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



199	slide 9	<p>Copyright: @mudahbergaul</p> <p>#5 KONSULTASI KE PSIKOLOG Kalau kamu udah ngelakuin berbagai cara tapi kondisi kamu belum membaik. Jangan ragu buat konsultasi ke psikolog yaaa...</p> <p>Copyright: @mudahbergaul</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
200	slide 10	<p>Copyright: @mudahbergaul</p> <p>PPKM PROGRAM PSIKOLOGI & KESISTEMAN MENTAL</p> <p>Kalau kamu lagi butuh banget support system dan solusi masalah kamu tapi masih takut ke psikolog. Kamu bisa coba join ke PPKM ya :)</p> <p>Dimas Alwin - @mudahbergaul 10 years, thank you udah bisa ber-akrabkan kamu dgn semua kekhawatiran you!!</p> <p>Join PPKM Biar Hidup & Pikiran Kamu Lebih Tenang</p> <p>Copyright: Dimas Alwin, S.Psi</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>




201	slide 1		02 Januari 2023	<p>Nah siapa nih yang punya tanda2 ini 🤔</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM dan tonton modul percaya diri</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
202	slide 2			<p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatomotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



203	slide 3	 <p>5 HAL YANG BISA BIKIN KAMU GAK PEDE & MINDERAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Insecure yang tinggi Sering overthinking Punya trauma Abis ngalamin kegagalan Ada di lingkungan yang toxic 			<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
204	slide 4	 <p>4 TANDA KAMU TERMASUK ORANG YANG GAK PEDE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kena Mental Block Gak Berani Nyoba Hal Baru Susah nerima saran & kritik Belum berdamai diri sendiri 			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear Threat appeal</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>

205	slide 5				<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
206	slide 6				<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



207	slide 7	 <p>#3 SUSAH NERIMA SARAN & KRITIK Kamu cenderung susah nerima saran & karena kamu sendiri bingung sebenarnya mana yang baik buat kamu.</p> <p>Ini terjadi karena mungkin kamu punya trauma, kamu insecure sama diri sendiri, atau sering overthinking duluan.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: fear threat appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
208	slide 8	 <p>#4 BELUM BISA NERIMA KELEMAHAN & MASA LALU Kamu masih dihantui sama kegagalan, kesalahan, trauma, kekurangan, dan kelemahan kamu.</p> <p>Ini yang bikin kamu jadi susah dan gak pede buat ngelakuin sesuatu.</p>			<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: fear threat appeal</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>

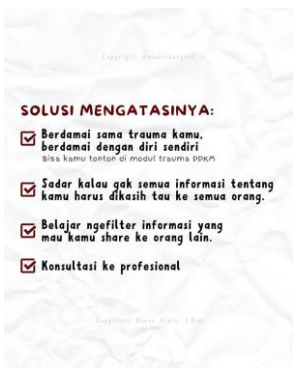

209	slide 9				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeal</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>
210	slide 10				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>




211	slide 1		04 Januari 2023	<p>Nah siapa nih yang termasuk orang yang suka over-explaining kaya gini? 🤪</p> <p>.</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM dan tonton modul trauma</p> <p>.</p> <p>Referensi:</p> <p>Leaf, C. (2021). How over explaining is linked trauma strategies to find the root & heal.</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
212	slide 2				<p>.</p> <p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationonline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi #katakatasindiran #katakatagalau</p>


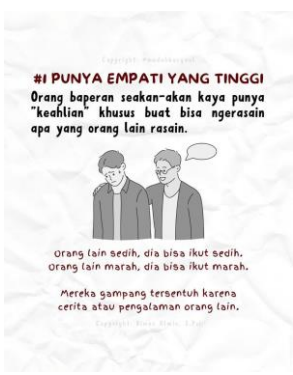
213	slide 3	 <p>CONTOH TRAUMA YANG BISA BIKIN KAMU JADI OVER-EXPLAINING:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sering diremehin, disepetin, gak pernah dihargai, gak pernah diapresiasi • Terjebak di lingkungan toxic, pernah jadi korban bullying • Pernah dikhianatin, dibohongin, dikecewain, dijahatin 		<p>#curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
214	slide 4	 <p>3 TANDA KAMU TERMASUK ORANG YANG SUKA OVER-EXPLAINING:</p> <ul style="list-style-type: none"> Berlebihan ketika ngjelasin sesuatu Dihantui perasaan takut Selalu ngajar validasi 			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



215	slide 5				<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
216	slide 6				<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



217	slide 7				<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeal</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
218	slide 8				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



219	slide 9				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
220	slide 10				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: receny</p> <p>Daya Tarik Pesan: motivational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>




221	slide 1		09 Januari 2023	<p> Klik link di bio buat join ke PPKM dan tonton modul trauma</p> <p>Referensi: Natalia, J. R., & Bernathius, J. (2019). Highly sensitive person dan dampaknya terhadap kesehatan mental. <i>Jurnal Keprawatan Jiwa</i>. 7 (3), 317 - 322</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: fear threat apeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
222	slide 2			<p>Aron, E. N. (2013). <i>The highly sensitive person</i> (3rd ed.). Kensington Publishing Corp.</p> <p>Sólo, A. (2018, December 14). These 3 sets of genes make you a highly sensitive person. <i>Highly Sensitive Refuge</i>.</p> <p>#mudahbergaul</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: emotional apeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>


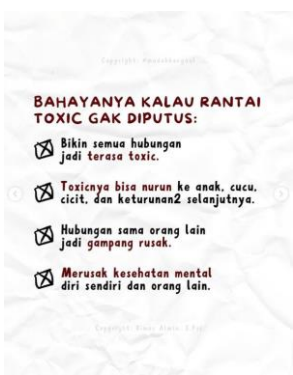
223	slide 3	 <p>4 TANDA KAMU TERMASUK ORANG YANG BAPERAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Empati tinggi Peka banget Gampang tersinggung Lama kalau ngambil keputusan 		<p>#kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: fear threat appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
224	slide 4	 <p>#1 PUNYA EMPATI YANG TINGGI</p> <p>Orang baperan seakan-akan kaya punya "keahlian" khusus buat bisa ngerasain apa yang orang lain rasain.</p> <p>Orang lain sedih, dia bisa ikut sedih. Orang lain marah, dia bisa ikut marah.</p> <p>Mereka gampang tersentuh karena cerita atau pengalaman orang lain.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: emotional appeal</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



225	slide 5	 <p>#2 PEKA BANGET Selain bisa ngerasain apa yang orang lain rasain, orang baperan juga peka banget.</p> <p>Orang baperan seakan-akan tau apa yang orang lain butuhin karena bisa ngerasain apa yang orang lain rasain.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
226	slide 6	 <p>#3 GAMPANG TERSINGGUNG Orang baperan cenderung apa2 ditelen mentah2 dan langsung dimasukkin ke hati.</p> <p>Makanya disebut baperan alias bawa perasaan.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anticlimax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



227	slide 7	 <p>#4 LAMA NGAMBIL KEPUTUSAN Orang baperan cenderung lama kalau ngambil keputusan karena terlalu merhatiin hal2 kecil & selalu bawa2 perasaan.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
228	slide 8	 <p>KELEBIHAN ORANG BAPERAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bisa ngerti berbagai kondisi & perasaan orang lain. <input checked="" type="checkbox"/> Pendengar yang baik. Cocok dijadikan tempat curhat. <input checked="" type="checkbox"/> Lebih hati2 dalam berbicara & berperilaku. <p>KEKURANGAN ORANG BAPERAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Gampang kepengaruh sama sekitar. <input checked="" type="checkbox"/> Cenderung susah ngendaliin perasaan & pikiran. <input checked="" type="checkbox"/> Perasaannya gampang naik turun. 			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational apeels</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



229	slide 9				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>
230	slide 10				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: rational appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>




231	slide 1		11 Januari 2023	<p>Yuk sama2 kita stop rantai toxic yang pernah kita terima. Stop di kita ya. Orang lain gak perlu jadi kena imbas toxicnya juga 😊</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
232	slide 2			<p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivasionline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatamotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



233	slide 3	 <p>CONTOH RANTAI TOXIC YANG SERING TERJADI:</p> <p>Berawal dari orang tuanya yang toxic.</p> <p>Akhirnya bikin dia jadi toxic juga ke orang lain karena efek dari orang tuanya.</p> <p>Ujung-ujungnya orang lain yang jadi korban / tumbal.</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
234	slide 4	 <p>BAHAYANYA KALAU RANTAI TOXIC GAK DIPUTUS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Bikin semua hubungan jadi terasa toxic. <input checked="" type="checkbox"/> Toxicnya bisa turun ke anak, cucu, cicit, dan keturunan2 selanjutnya. <input checked="" type="checkbox"/> Hubungan sama orang lain jadi gampang rusak. <input checked="" type="checkbox"/> Merusak kesehatan mental diri sendiri dan orang lain. 			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



235	slide 5	 <p>4 CARA MEMUTUS RANTAI TOXIC:</p> <ul style="list-style-type: none"> Sadari perilaku toxic Sadari efeknya Hindari perilaku toxic Jalin hubungan yang sehat 		<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
236	slide 6	 <p>#1 SADARI PERILAKU TOXIC</p> <p>Ketika kamu pernah jadi korban toxic relationship, coba cari tau apa aja perilaku2 toxic yang kamu terima.</p> <p>Contoh,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sering dimanipulasi, direndahin, disalahkan, dijudge, diremehin • korban playing victim, silent treatment • Gak pernah dihargai, diapresiasi, dianggep 		<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



237	slide 7	<p>Copyright: Masduki Nurrobbil</p> <p>#2 SADARI EFEKNYA Kalau udah tau perilaku2 toxic yang kamu terima, coba kamu kira2 efeknya buat kamu apa.</p>  <p>Contoh...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bikin sering insecure & overthinking • Bikin trauma & sering takut • Bikin gak pede, merasa gak berharga <p>Copyright: Masduki Nurrobbil</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>
238	slide 8	<p>Copyright: Masduki Nurrobbil</p> <p>#3 HINDARI PERILAKU2 TOXIC Kalau kamu udah sadar tentang perilaku toxic dan efeknya apa aja, sebisa mungkin jangan ngelakuin perilaku2 toxic itu ke orang lain siapapun itu.</p>  <p>Kasarnya gini, kalau kamu samau disakitin sama orang, ya jangan nyakitin orang juga.</p> <p>Copyright: Masduki Nurrobbil</p>			<p>Message Sideness: one side</p> <p>Order Presentation: anti climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: informatif</p>



239	slide 9				<p>Message Sideness: two side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>
240	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: persuasif</p>




241	slide 1		13 Januari 2023	<p>Kamu tipe yang nomor berapa kalau lagi marah?</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
242	slide 2			<p>#mudahbergaul #kesehatanmental #psikologi #psikolog #psikologiindonesia #motivasidiri #motivasipagi #motivationline #motivasihidup #semangatpagi #semangathidup #katakatomotivasi #katakatasindiran #katakatagalau #curhat #curhatanhati #mentalhealth #dimasalwin</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



243	slide 3	 <p>5 TIPE ORANG MARAH</p> <p>Pelampiasan Marah Pasif Marah Agresif</p> <p>Marah Kronis Marah Asertif / Tegus</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Recency</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
244	slide 4	 <p>#1 MARAH PELAMPIASAN</p> <p>Orang yang kalau marah suka ngelampiasin marahnya ke orang lain di sekitarnya.</p> <p>Masalahnya sama orang lain, tapi malah kamu yang jadi kena omelannya.</p> <p>Kamu gak salah apaz eh dijutekin, dibetein, atau didiemin.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



245	slide 5	 <p>#2 MARAH PASIF Orang yang kalau marah lebih suka buat diem mendem sendirian aja.</p> <p>Kalau ada sesuatu yang bikin dia marah, dia diem aja.</p> <p>Kalau ditanya biasanya jawab gapapa terus tapi sikap & raut wajahnya gaenak.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
246	slide 6	 <p>#3 MARAH AGRESIF Orang yang kalau marah bisa sampe meledak-ledak.</p> <p>Sampe ngerusak barang, main fisik, ngebentak-bentak, teriak-teriak.</p> <p>Pokoknya serem banget deh liatnya.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Emotional Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



247	slide 7	 <p>Copyright: Pexels.com</p> <p>#4 MARAH KRONIS Orang yang gampang marah. Dikit2 marah, tiada hari tanpa marah pokoknya. Ini erat kaitannya sama sifat temperamental.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
248	slide 8	 <p>Copyright: Pexels.com</p> <p>#5 MARAH ASERTIF / TEGAS Orang yang kalau marah bisa nyampein marahnya dengan tegas, sopan, dan tetap mikirin perasaan orang lain juga. Ini tipe marah yang cenderung positif dan dianjurkan.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



249	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
250	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Primacy</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>




251	slide 1		16 Januari 2023	<p>Dari 1-5, mana yang paling sering kamu lakukan? 🙄</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM</p> <p>Referensi: Ferdy., Agnes, T., Dendi, V., Christanti, A., & Bala, B. Y. (2021). Persepsi generasi milenial terhadap toxic relationship dari pandangan transactional Analysis.</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
252	slide 2			<p>Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic relationship dalam komunikasi interpersonal di kalangan remaja. 12 (2), 138 - 149.</p> <p>Wajdi. (2021). Perilaku komunikasi toxic friendship</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



253	slide 3			dengan teman sebaya. skripsi.	<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
254	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Threat Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



255	slide 5	 <p>#2 HYPER-INDEPENDENCE "Maksain" diri buat ngelakuin semuanya sendirian, sungkan minta bantuan.</p> <p>Ini bisa bikin kamu gampang stress atau burnout sama aktivitas sehari-hari.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
256	slide 6	 <p>#3 OVER-PERFECTIONIST Pengan semua harus sempurna atau harus sesuai sama apa yang kamu mau.</p> <p>perfeksionis itu baik aja, tapi kalau udah berlebihan malah bisa bikin kamu jadi stress dan stuck di situ-situ aja.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>



257	slide 7	<p><small>Copyright: Psikologi.com</small></p> <p>#4 TOXIC POSITIVITY Bohong sama diri sendiri, pura2 baik2 aja, pura2 bahagia, pura2 gak kenapa2, apa2 selalu dipendem.</p>  <p>Ini bisa bikin perasaan kamu makin lama makin gak jelas atau gak karuan.</p> <p>Mati rasa, nansis tanpa sebab, gefisah tanpa sebab, marah yang meledak-ledak, dsb.</p> <p><small>Copyright: Psikologi.com</small></p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
258	slide 8	<p><small>Copyright: Psikologi.com</small></p> <p>#5 PROKRASTINASI Nunda2 kerjaan, selalu dinanti-nanti dulu baru dikerjain, nyepelein sesuatu karena deadlinenya masih lama.</p>  <p>Memang di awal rasanya enak jadi santai, tapi ini bisa datengin beban pikiran pada akhirnya.</p> <p>Stress, kevalahan, hasil gak maksimal, penyesalan, rasa bersalah, dsb.</p> <p><small>Copyright: Psikologi.com</small></p>			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Fear/Thread Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

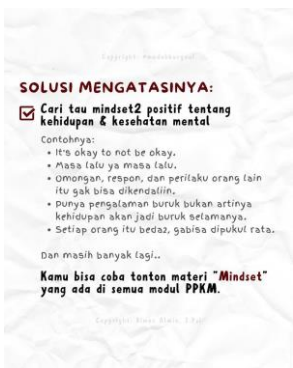

259	slide 9				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>
260	slide 10				<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

261	slide 1		25 Januari 2023	<p>Kamu punya mindset keliru yang nomor berapa? 🤔</p> <p> Klik link di bio buat join ke PPKM</p> <p>Referensi: Ferdy., Agnes, T., Dendi, V., Christanti, A., & Bala, B. Y. (2021). Persepsi generasi milenial terhadap toxic relationship dari pandangan transactional Analysis.</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
262	slide 2			<p>Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic relationship dalam komunikasi interpersonal di kalangan remaja. 12 (2), 138 - 149.</p> <p>Wajdi. (2021). Perilaku komunikasi toxic friendship</p>	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

263	slide 3			dengan teman sebaya. skripsi.	<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
264	slide 4				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

265	slide 5	 <p>#3 SHOULD-MUST Mindset ketika kamu suka bikin "aturan-aturan" sendiri yang membebankan hidup.</p> <p>"Harusnya tuh gak perlu sedih kaya gini" "Harusnya tuh dia pekat" "Harusnya di umur segini gue udah punya blablabla"</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
266	slide 6	 <p>#4 MIND-READING Mindset ketika kamu suka ngira2 apa yang orang lain pikirin tapi kamu gak mau nanya langsung.</p> <p>"Kayaknya dia marah deh sama gue" "Kayaknya dia gak peduli deh" Kayaknya kayaknya kayaknya.....</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

267	slide 7	 <p>#5 JUMPING TO CONCLUSIONS Mindset ketika kamu suka bikin asumsi sendiri berdasarkan pikiran atau perasaan kamu.</p> <p>Ngeliat typenya beda, langsung bilang dia berubah. Dia gak ngabarin, langsung 'mudu' dia setingkuh / aneh.</p>			<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
268	slide 8	 <p>MINDSET2 INI BISA BIKIN KAMU JADI:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Gampang banget overthinking, cemas, dan takut sendiri. <input checked="" type="checkbox"/> Gampang stress karena banyaknya pikiran2 negatif <input checked="" type="checkbox"/> Susah positive thinking, selalu ngeliat sesuatu dari sisi negatifnya. <input checked="" type="checkbox"/> Gampang merusak hubungan kamu sama orang lain. 			<p>Message Sideness: Two Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>

269	slide 9				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Rational Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Informatif</p>
270	slide 10				<p>Message Sideness: One Side</p> <p>Order Presentation: Anti-Climax</p> <p>Daya Tarik Pesan: Motivation Appeals</p> <p>Kandungan Pesan: Persuasif</p>

Lampiran 2 Curriculum Vitae



DANU WARDANA

JURNALISME PENYIARAN

PROFIL PRIBADI

Saya Danu Wardana merupakan mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Pembangunan Jaya minor Jurnalis Penyiaran, saya sangat menyukai hal-hal yang berkaitan dengan proses produksi saya sangat tertarik kerja sebagai tim dan membuat proyek bersama-sama.

KEAHLIAN KHUSUS

Adobe Premier Pro
Adobe After Effect
Adobe Photoshop
Photography
Videography
OBS Software

INFORMASI KONTAK

Nomor HP : 082260376997
Email: danuwardana990@gmail.com
LinkedIn: @DanuWardana

PORTOFOLIO



<https://shorturl.at/ijDR5>

PENGALAMAN ORGANISASI

UPJ LIVE

Anggota UPJ LIVE | 2018 - 2020

- Menjadi Produser Program Acara 8 Detik Pas
- Menjadi Videografer pada UPJ LIVE
- Menjadi Editor pada UPJ LIVE

PANITIA WEBINAR CORE

Divisi PDD | 2021

- Menjadi Anggota Kepanitiaan Acara Webinar CORE
- Membuat Konten Instagram CORE
- Mendesain Keseluruhan Acara Webinar CORE

RIWAYAT AKADEMIS

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA

Ilmu Komunikasi | 2018 - Sekarang

Membuat Film dalam Media Audio Visual
Membuat Berita pada Produksi berita Televisi
Melakukan Peliputan Berita dalam Jurnalisme Online
Membuat Iklan dalam Media Promosi Wlrausaha

SMK TUNAS MEDIA

Siswa Jurusan Multimedia | 2016-2018

Mempelajari dasar-dasar Animasi
Mempelajari Teknik Pengambilan Gambar Produksi
Membuat Iklan Layanan Masyarakat
Membuat Company Profile

PENGALAMAN KERJA

SEJAHTERA EXPRESS

OPERATOR DEKSTOP | Januari 2017 - Maret 2017

Mendesain Kartu Nama Sesuai Permintaan Pelanggan
Mendesain Spanduk Sesuai Permintaan Pelanggan
Melayani Pelanggan Dalam Administrasi

CREATIVE LIVE STREAMER

Teknisi & Co-host Rakernas IDI | Desember 2020

Mempelajari Sistem Live Streaming
Membuat Workflow Live Streaming
Menjadi Operator

CONTENT CREATOR

Content Creator KOMPRESS | Juli-September 2021

Menjadi Konten Kreator
Membuat Konten Instagram, Youtube
Menulis Artikel Website Beragam Rubrik
Mengedit dan Mengolah Konten

MARKETING COMMUNICATION

Staff Videografer STEMA TV | Januari 2022-Sekarang

Menjadi Operator Live StreamingKreator
Membuat Konten Instagram, Youtube
Mengedit Video dan Shooting Video
Membuat Event Live Streaming

Lampiran 3 Sertifikat Complete (Latihan Dasar Kepemimpinan Dan Makrab)



SERTIFIKAT
DIBERIKAN KEPADA
DANU WARDANA

SEBAGAI
PESERTA
COMPLETE

(LATIHAN DASAR KEPEMIMPINAN DAN MAKRAB)
22 - 23 JANUARI 2019

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA

KEPALA PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI


RENI DYANASARI, S.I.KOM, M.SI



DEKAN FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS

DR. DION DEWA BARATA, SE, MSM

Lampiran 4 Formulir Persetujuan Penulisan Skripsi

	FORMULIR PERSETUJUAN PENULISAN SKRIPSI/TA	SPT-1/03/SOP-28/F-02
		No. Revisi

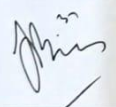
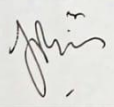


Nama Mahasiswa : Danu Wardana
 Prodi/NIM : Ilmu Komunikasi / 2018041046
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Analisis Isi Pesan Kesehatan Mental Dengan Hastag #demikesehatanmental Pada Akun Instagram @mudahbergaul

Telah disetujui untuk menulis Skripsi/TA.


Dosen Pembimbing Skripsi/TA yang ditugaskan Prodi adalah:

No	Nama	NIDN	JAD
1	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom	0408079601	-
2	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.KOM	0413068601	AA

Tangerang Selatan, 9 Maret 2023

Menugaskan,	Menyetujui,	Menerima,	
			
Koordinator Skripsi/TA	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.KOM	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.KOM

Lampiran 5 Formulir Pengajuan Skripsi

 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR PENGAJUAN SKRIPSI/TA	SPT-I/03/SOP-28/F-01
		No. Rekam

Nama Mahasiswa : Danu Wardana

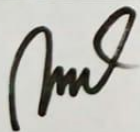


Prodi/NIM : Ilmu Komunikasi / 2018041046

Judul Skripsi/TA yang diajukan : Analisis Isi Pesan Kesehatan Mental Dengan Hastag
 (disusun dalam kalimat #demikesehatanmental Pada Akun Instagram @mudahbergaul
 singkat, padat, jelas dan menarik minat pembaca)

Telah memenuhi syarat pengajuan Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)


No	Syarat	Ya	Tidak
1	Jumlah sks lulus (sesuai ketentuan Prodi)	✓	
2	Mata kuliah prasyarat (sesuai ketentuan Prodi)	✓	
3	IPK minimal 2,00	✓	
4	Tidak sedang terkena sanksi akademik/sanksi lainnya	✓	
5	Poin JSDP (sesuai ketentuan Prodi)	✓	
6	Mengumpulkan Proposal Skripsi (sesuai ketentuan Prodi)	✓	
7	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	✓	

Tangerang Selatan, 9 Maret 2023

Mengajukan,	Menyetujui,	Mengetahui,
		
Danu Wardana	Fathiya Nur Rahmi, S.I.KOM., M.I.KOM	Naurissa Biasini, S.SI., M.I.KOM

Formulir dibuat rangkap 2 (dua): Asli : untuk prodi, Copy 1 : untuk mahasiswa

Lampiran 6 Formulir Pengajuan sidang skripsi

 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR PENGAJUAN SIDANG SKRIPSI/TA	SPT-I/04/SOP-06/F-01

Nama Mahasiswa : Danu Wardana

Prodi/NIM : Ilmu Komunikasi / 2018041046

Judul Skripsi/TA : Analisis Kualitatif Isi Pesan Kesehatan Mental Dengan Hastag #demikesehatanmental Pada Akun Instagram @mudahbergaul (Periode 1 November 2022-30 Januari 2023)

Dosen Pembimbing : 1. _____
: 2. _____





Dosen Penguji : 1. _____ JAD : _____
: 2. _____ JAD : _____
: 3. _____ JAD : _____

Jadwal Sidang : Tempat : _____ Hari/Tanggal: _____

Telah memenuhi syarat Sidang Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

No	Syarat	Ya	Tidak
1	IPK minimal 2.00	✓	
2	Tidak ada nilai D untuk mata kuliah mayor/inti Prodi	✓	
3	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	✓	
4	Lulus minimal 1 mata kuliah KOTA untuk tiap rumpun	✓	
5	SPT-I/03/SOP-28/F-03 Formulir Pembimbingan Skripsi (minimal 8 x)	✓	
6	Poin JSDP (minimal 75% persen dari syarat kelulusan)	✓	
7	Mengumpulkan dokumen Skripsi/TA (sesuai ketentuan Prodi)	✓	

Tangerang Selatan, 30 Mei 2023.....

Mengajukan	Mengetahui	Memeriksa	Menyetujui
 Danu Wardana	 (Fasya Syifa Mulna, S.I.Kom., M.I.Kom)	 (Naurissa Basini, S.Si., M.I.KOM)	 (Naurissa Basini, S.Si., M.I.KOM)

Lampiran 7 Bimbingan Skripsi

No	Tanggal	Dosen Pembimbing	Topik	Disetujui	Aksi
1	9 Februari 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Mereview hasil sidang akhir untuk diperbarui kedalam metode baru	✓	
2	23 Februari 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Hasil proposal terbaru	✓	
2	18 Mei 2023	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.Kom., C.Ht.	Evaluasi terkait hasil analisis	✓	
3	28 Februari 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Terkait Hasil Analisis Konten	✓	
4	13 Maret 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Hasil Analisis Coder	✓	
5	6 Maret 2023	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.Kom., C.Ht.	memberikan Gambaran umum Soal Penelitian analisis isi	✓	
6	17 Mei 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Evaluasi Proposal	✓	
7	29 Mei 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Revisi Terkait Hasil Analisis Bab 4	✓	
7	30 Mei 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Menjelaskan Cara Menganalisis dengan indikator Pesan	✓	
8	4 Juni 2023	Naurissa Biasini, S.Si., M.I.Kom., C.Ht.	Memberikan update hasil analisis	✓	
8	5 Juni 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Terkait hasil analisis pada bab 4	✓	
9	7 Juni 2023	Fasya Syifa Mutma, S.I.Kom., M.I.Kom.	Evaluasi Hasil Coding Sheet	✓	