

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis isi kualitatif pada unggahan konten kesehatan mental di akun Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi, dapat disimpulkan bahwa terdapat temuan utama dalam beberapa aspek. Analisis ini memberikan wawasan mendalam tentang karakteristik dan tujuan dari konten kesehatan mental yang disajikan oleh kedua akun tersebut.

Kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini didasarkan pada rumusan masalah dan tujuan penelitian ini yaitu untuk menjelaskan penggambaran pesan Kesehatan mental pada akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi periode Januari 2022 sampai Desember 2022.

- Hasil temuan dan interpretasi data dalam penelitian ini diambil berdasarkan konten-konten yang terdapat pada media sosial Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi periode Januari 2022 sampai Desember 2022. Konten dengan kriteria di atas menjadi unit analisis dalam penelitian ini untuk menjelaskan penggambaran pesan Kesehatan mental pada akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi berdasarkan empat kategori.

Secara umum, konten dari kedua akun tersebut tampaknya memiliki fokus pada pemahaman yang mendalam terhadap isu-isu kesehatan mental. Dari segi karakteristik, dapat diamati bahwa konten-konten tersebut cenderung menyajikan informasi yang edukatif, memberikan dukungan emosional, dan mendorong kesadaran akan pentingnya kesehatan mental. Selain itu, gaya penyajian konten juga dapat memengaruhi resonansi dengan audiens, baik melalui narasi pribadi, ilustrasi visual, atau keterlibatan langsung dengan pengikut.

Pertama, dalam kategori sifat pesan konten, ditemukan bahwa sifat pesan terbanyak adalah informatif. Artinya, kedua akun tersebut cenderung memberikan informasi dan pengetahuan terkait kesehatan mental kepada pengikutnya. Dalam konteks ini, informatif menunjukkan bahwa unggahan konten pada kedua akun tersebut tidak hanya memiliki tujuan memberikan hiburan atau memotivasi secara

langsung, tetapi juga berfokus pada menyampaikan fakta, pemahaman, dan wawasan mengenai kesehatan mental.

Kedua, dari segi tema pesan, temuan menunjukkan bahwa tema pesan terbanyak adalah pesan peningkatan kesadaran. Peningkatan kesadaran ini mencakup berbagai aspek, seperti mengenali pentingnya perawatan diri, memahami tanda-tanda gangguan mental, atau menyebarkan informasi tentang sumber daya dan dukungan yang tersedia. Hal ini mengindikasikan bahwa kedua akun tersebut memiliki fokus utama dalam meningkatkan kesadaran pengikutnya terhadap isu-isu kesehatan mental, serta memberikan edukasi dan informasi terkait.

Ketiga, dalam kategori bentuk konten, terlihat bahwa konten yang paling dominan adalah konten berbentuk kombinasi. Kombinasi ini mungkin mencakup teks, gambar, infografis, atau elemen visual lainnya yang digunakan untuk menyampaikan pesan. Penggunaan kombinasi elemen ini tidak hanya memperkaya pengalaman visual pengikut, tetapi juga dapat meningkatkan daya tarik konten. Keterlibatan visual dapat membantu menarik perhatian pengguna Instagram yang cenderung responsif terhadap konten yang menarik secara visual. Pendekatan ini dapat membantu meningkatkan daya tarik dan pemahaman pengikut terhadap konten kesehatan mental.

Keempat, dari jenis konten, temuan menunjukkan bahwa jenis konten terbanyak adalah informasi. Ini menggambarkan bahwa akun-akun tersebut lebih cenderung menyajikan konten yang bersifat memberikan informasi konkret, baik melalui teks, grafik, atau media lainnya. Dalam konteks kesehatan mental, informasi yang disediakan dapat berkisar dari penjelasan tentang berbagai gangguan mental, strategi untuk meningkatkan kesejahteraan mental, hingga sumber daya untuk mencari bantuan atau dukungan.

Dalam proses pengajaran oleh guru pendamping kepada siswa berkebutuhan khusus, khususnya siswa dengan ADHD, pengulangan materi ini terbilang paling sering digunakan. Dalam praktiknya, penggunaan teknik redundancy ini paling sering digunakan untuk membantu proses pengajaran di dalam kelas. Teknik ini dilakukan secara berkala dan memang tidak bisa dilakukan secara singkat. Pengulangan materi ini juga tidak bisa dipastikan berapa lamanya

karena memang untuk anak berkebutuhan khusus ini mereka membutuhkan waktu yang lebih lama untuk memahami sebuah materi. Namun tidak menutup kemungkinan untuk beberapa materi yang memang siswa tersebut sukai, maka akan lebih mudah dipahami.

Dalam proses pengajaran dikelas, guru pendamping melihat bagaimana kah standar pemahaman siswa regular mengenai materi yang diberikan. Hal tersebut dimaksudkan untuk memberikan batasan bagi guru pendamping untuk bisa menilai seberapa mungkin siswa berkebutuhan khusus dapat memahami materi yang disampaikan. Dalam praktiknya, guru pendamping tidak bisa memberikan standar keberhasilan pemahaman materi siswa regular dan siswa berkebutuhan khusus secara sama. Hal ini dikarenakan tingkat pemahaman yang berbeda diantara 2 jenis siswa tersebut. Oleh karena itu dalam teknik *canalizing*, guru pendamping menurunkan standar keberhasilan pemahaman materi. Dalam proses pengajaran guru pendamping memberikan dengan tujuan untuk memotivasi siswa dampungannya. Komparasi ini dilakukan antara siswa regular sebagai kelompok dan siswa berkebutuhan khusus sebagai individu yang dipengaruhi. Biasanya dengan teknik ini siswa akan mau mengikuti arahan yang diberikan oleh guru pendamping dalam proses pengajarannya.

Kemudian untuk strategi komunikasi dengan teknik informatif, biasanya guru akan memberikan penerangan atau menjelaskan materi sesuai dengan fakta-fakta yang ada. Pada saat ada materi yang siswa berkebutuhan khusus sulit untuk memahami, maka penggunaan contoh-contoh yang berdasarkan pengalaman yang pernah di alami siswa tersebut menjadi salah satu cara agar siswa bisa lebih mudah paham. Pada saat proses pengajaran berlangsung tidak menutup kemungkinan bahwa siswa berkebutuhan khusus ini memiliki pandangannya sendiri terhadap sebuah materi. Oleh karena itu pada saat ada perbedaan pendapat mengenai sebuah materi maka sebagai guru pendamping para informan tetap menjelaskan sesuai dengan fakta yang ada. Namun informan berpendapat bahwa dengan adanya perbedaan maka itu menandakan bahwa siswa tersebut mendengarkan dengan baik penjelasan yang diberikan oleh guru dikelas.

Dalam teknik persuasif, guru pendamping diharuskan untuk memberikan pesan yang condong ke arah membujuk siswa. Dalam hal ini siswa berkebutuhan

khusus terkadang ada di dalam fase tantrum atau emosinya sedang tidak bisa dikendalikan, hal ini jelas menghambat proses pengajaran di kelas. Pada kasus seperti ini biasanya guru pendamping akan mengobservasi terlebih dahulu alasan apa yang membuat siswa tersebut terpancing emosinya. Setelah melakukan observasi biasanya guru pendamping akan memberikan waktu kepada siswanya tersebut hingga bisa tenang. Dalam kasus seperti ini pemilihan kata-kata dan penyampaian pesan dilakukan secara berhati-hati, karena dikhawatirkan apabila guru pendamping memaksakan maka siswa berkebutuhan khusus ini makin tidak merasa nyaman. Pemberian hadiah atau *reward* pun dalam kondisi seperti ini sangat diperlukan. Pada saat siswa sudah bisa tenang dan mau kembali mengikuti arahan dari guru pendampingnya masing-masing, biasanya guru pendamping akan memberikan *reward* untuk mengapresiasi apa yang sudah dilakukan oleh siswa tersebut. *Reward* atau penghargaan yang diberikan oleh guru pendamping biasanya berupa hal-hal yang memang disukai oleh siswa tersebut.

Dalam menggunakan teknik edukasi, guru pendamping memberikan informasi atau materi-materi yang sesuai dengan fakta-fakta yang ada yang kemudian pada akhirnya akan bisa mempengaruhi perilaku dari siswa tersebut. Dalam teknik ini biasanya guru pendamping akan membantu menjelaskan dan mendampingi siswa berkebutuhan khusus pada saat mereka mengikuti program magang yang diselenggarakan oleh pihak sekolah. Materi-materi selama program magang berlangsung biasanya diberikan langsung oleh narasumber yang sudah ahli dalam bidangnya, sehingga guru pendamping akan lebih mudah memberikan arahan pada saat membantu proses pengajaran. Biasanya materi yang diberikan juga mempengaruhi perilaku siswa berkebutuhan khusus ini. Salah satu materi yang paling sering mempengaruhi perilaku siswa berkebutuhan khusus adalah materi bisnis, dimana materi tersebut menurut para informan membuat siswa bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya dengan cara bertransaksi jual beli.

Dan teknik terakhir dalam strategi komunikasi adalah teknik koersif. Pengadaan aturan-aturan di dalam kelas pada saat proses pengajaran berlangsung juga diperlukan. Pengadaan aturan-aturan ini bukan hanya dari peraturan yang dibuat oleh sekolah namun peraturan yang juga dibuat oleh masing-masing guru

pendamping unruk membantu proses pengajaran berlangsung dengan maksimal. Namun apabila dalam proses pengajaran ini berlangsung aturan-aturan tersebut dilanggar maka guru pendamping biasanya akan memberikan hukuman kepada siswa dampingannya masing-masing. Namun untuk pemberian hukuman ini guru pendamping harus tetap menyesuaikan dengan apa yang diperbuat oleh siswa tersebut.

Jadi dengan ini bisa ditarik kesimpulan bahwa penggunaan teknik *redundancy* dan teknik informatif adalah teknik dalam strategi komunikasi yang paling sering digunakan atau paling bisa membantu siswa berkebutuhan khusus untuk memahami materi. Hal ini dikarenakan dengan menggunakan teknik *redundancy* siswa akan lebih sering mendengarkan materi-materi yang diberikan sehingga siswa akan terus mengingat materi tersebut. Sedangkan untuk teknik informatif bisa dikatakan sebagai cara lain yang paling sering digunakan karena dengan menggunakan pengalaman-pengalaman atau kejadian-kejadian yang pernah dirasakan oleh siswa sebagai contoh akan lebih memudahkan siswa memahami mengenai materi yang diberikan karena siswa pernah merasakannya sendiri.

Selain itu, teknik dalam strategi komunikasi yang paling susah diterapkan adalah teknik koersif, karena dalam teknik ini pemberian aturan dan hukuman diharuskan sebagai cara paksaan untuk mengikuti arahan dari guru pendamping. Namun hal ini kurang tepat diterapkan bagi siswa berkebutuhan khusus. Hal ini dikarenakan siswa berkebutuhan khusus memiliki tingkat emosi yang tidak bisa ditebak, sehingga pemberian hukuman harus benar-benar sesuai dengan kondisi dari anak tersebut.

5.2 Saran

Peneliti memiliki beberapa saran yang berkaitan dengan manfaat penelitian, antara lain sebagai berikut:

1. Teliti postingan terkait kesehatan mental yang diposting di akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi. Identifikasi tema-tema yang muncul, jenis konten yang digunakan (gambar, teks, video), dan gaya komunikasi yang digunakan dalam pesan-pesan tersebut.
2. Lakukan survei atau kuesioner kepada pengikut akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi untuk mendapatkan wawasan tentang persepsi

mereka terhadap pesan-pesan kesehatan mental yang diposting. Pertanyaan-pertanyaan yang dapat Anda tanyakan termasuk apakah pesan-pesan tersebut bermanfaat, apakah pesan-pesan tersebut mempengaruhi pengetahuan mereka tentang kesehatan mental, dan apakah pesan-pesan tersebut memotivasi mereka untuk merawat kesehatan mental mereka.

3. Teliti komentar-komentar yang diberikan oleh pengikut di postingan @studiodjiwa dan @tanyapsikologi terkait kesehatan mental. Penelitian dapat mencakup analisis sentimen terhadap komentar-komentar pengikut. Penelitian dapat mengeksplorasi komentar-komentar yang menunjukkan pemahaman atau penerimaan pesan-pesan kesehatan mental tertentu.
4. Evaluasi keakuratan dan kualitas informasi yang diberikan dalam pesan-pesan kesehatan mental di akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi. Evaluasi dimulai dengan peninjauan sumber dan referensi yang disebutkan dalam konten. Proses verifikasi fakta diperlukan untuk memastikan bahwa setiap klaim atau informasi yang disampaikan dalam pesan-pesan kesehatan mental telah diverifikasi dan didukung oleh bukti yang kuat.
5. Bandingkan akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi dengan akun-akun serupa yang juga membagikan pesan-pesan kesehatan mental di Instagram. Perhatikan perbedaan dan kesamaan dalam cara pesan disampaikan, strategi komunikasi, dan tingkat interaksi dengan pengikut.
6. Teliti siapa target audiens yang dihadapi oleh akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi. Apakah pesan-pesan tersebut ditujukan untuk semua orang atau ada fokus khusus pada kelompok tertentu seperti remaja, orang dewasa, atau individu dengan kondisi kesehatan mental tertentu.
7. Jika memungkinkan, ajukan wawancara dengan pemilik akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam tentang motivasi mereka dalam menyebarkan pesan

kesehatan mental, tujuan mereka, dan pengalaman yang mereka harapkan pengikut dapatkan dari akun tersebut.

