

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Berdasarkan pandangan Sarantakos, yang dimaksud dengan paradigma ialah sejumlah proposisi yang menjelaskan bagaimana sebuah dunia dihayati, mengandung pandangan dunia, sebuah cara untuk memecahkan kompleksitas realitas dunia, menjabarkan apa yang penting, apa yang memiliki legitimasi, dan masuk ke dalam logika. Paradigma ini juga memiliki arti cara pandang akan sebuah hal dengan dasar tertentu. Paradigma juga memiliki sebuah asumsi dasar yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Hal ini juga karena paradigma ibarat sebuah kerangka berpikir yang umum tentang sebuah teori maupun fenomena yang berisi asumsi dasar mengenai sebuah isu utama dan serangkaian metode yang dapat berfungsi untuk menjawab pertanyaan penelitian. Maka dari itu, dalam setiap penggunaan dari paradig ini, tentu akan menghasilkan makna yang berbeda pula tentang suatu isu atau fenomena (Manziliati, 2017).

(Manziliati, 2017) Paradigma post positivis ialah aliran yang memperbaiki kelemahan paradigma positivis. Paradigma positivis memiliki asumsi dasar yang ada didalam nya sehingga ilmu pengetahuan hanya akan bersumber dari sebuah fakta yang observasional, terukur, serta eksperimen terkontrol. Namun, pemahaman post positivisme ini juga memiliki arti bahwasanya manusia tidak akan mendapatkan sebuah kebenaran atas suatu realitas ketika terdapat jarak diantara dua realitas tersebut. Secara ontologis, paradigma post positivis memiliki sifat kritikal, dimana terdapat sebuah anggapan mengenai realitas sesuai dengan kenyataan dan juga hukum alam. Akan tetapi hal ini mustahil apabila semua realitas dinilai sama oleh manusia. Maka dari itu, hubungan antara realitas dengan peneliti juga harus bersifat interaktif dan saling berhubungan antara satu sama lain. Sebuah kebenaran juga dapat dilihat secara metodologi dengan menggunakan pendekatan yang eksperimental melalui observasi. Peneliti juga harus melakukan prinsip triangulasi sehingga kebenaran realitas dapat dinyatakan valid (Manziliati, 2017). Pada penelitian ini, paradigma yang digunakan oleh peneliti yaitu paradigma post

postivis. Hal ini dikarenakan paradigma tersebut melihat sebuah penelitian sebagai langkah yang saling berhubungan secara logis. Selain itu paradigma ini juga memiliki kepercayaan pada sebuah keragaman dan perspektif para peneliti yang dibandingkan dengan sebuah realitas tunggal. Keragaman dari sebuah perspektif juga mendukung suatu metode pengumpulan data serta analisis dari sebuah data yang ada dalam penelitian.

3.2 Metode Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode pendekatan kualitatif. Pendekatan ini juga dikatakan sebagai sebuah metode yang artistik, mengapa demikian karena dalam prosesnya tidak memiliki suatu pola dan juga interpretif, sehingga dengan begitu hasil dari data penelitian ini lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan. Sebuah pendekatan kualitatif juga disebut sebagai suatu metode yang memiliki landasan pada filsafat post postivis, yang dimana digunakan juga untuk meneliti sebuah kondisi objek yang alami. Dimana peneliti dapat dilihat sebagai sebuah instrumen kunci, pengambilan sampel juga disebut sebagai sumber data dengan dilakukan secara snowball dan purposive.

Analisis data dalam metode ini memiliki sifat induktif dan juga hasil dari penelitian kualitatif ini lebih menekankan pada makna daripada generalisasi (Wibisono, 2019). Dari pernyataan yang telah disebutkan, terdapat sebuah kesimpulan dimana sebuah data kualitatif dapat diperoleh melalui berbagai macam teknik pengumpulan yakni wawancara, diskusi, observasi, ataupun analisis. Metode penelitian kualitatif ini juga berfungsi sebagai bahan untuk mengetahui kualitas dari sebuah objek yang akan diteliti oleh peneliti. Dalam penelitian ini, peneliti memilih langkah metode kualitatif dikarenakan pendekatan yang digunakan untuk menafsirkan sebuah fenomena atau suatu peristiwa yang telah terjadi menggunakan metode yang dipilih. Pengumpulan data yang diambil dalam pendekatan ini juga didasarkan pada sebuah fenomena atau peristiwa yang telah terjadi sehingga peneliti menjadi kunci utama dalam mengumpulkan data yang ingin diteliti. Pendekatan ini juga merupakan sebuah usaha untuk menghasilkan sebuah

pencerahan dalam arti memahami suatu peristiwa dan juga eksplorasi pada situasi yang sama.

Menurut Sugiyono (2014), salah satu cara ilmiah dalam metode penelitian yang juga memiliki arti bahwa kegiatan riset dilakukan dengan berdasar pada ciri keilmuan, dimana mengandung unsur rasional, empiris, dan juga sistematis. Rasional disini memiliki arti bahwa segala jenis kegiatan riset dilakukan dengan cara yang masuk akal sehingga mampu dengan mudah dipahami oleh pola pikir setiap individu. Empiris juga memiliki makna bahwa segala kegiatan riset yang dilakukan harus dapat dicermati dengan indera manusia. Tujuannya adalah agar individu lain yang mengamati hal ini juga dapat paham akan cara-cara yang telah digunakan dalam penelitian. Kemudian, sistematis juga memiliki makna. Dimana kegiatan riset yang dilakukan menggunakan langkah-langkah yang logis dan dapat dipahami. Dalam penelitian ini akan menggunakan analisis isi konten.

Krippendorff dalam Yusuf (2014), mengemukakan bahwa analisis isi merupakan sebuah teknik penelitian yang dimana memiliki fungsi untuk menarik kesimpulan dan juga membuat data dari konteks penelitian mudah untuk direplikasikan kembali dalam penelitian selanjutnya. Posisi dari analisis isi ini akan pula berguna untuk membahas mengenai isi dari suatu informasi yang disampaikan baik secara verbal maupun nonverbal di dalam sebuah dokumen secara mendalam. Jenis dokumen yang dapat diteliti menggunakan metode analisis isi diantaranya teks, simbol, video, gambar, dan masih banyak lagi.

Menurut Max Weber dalam buku Eriyanto (2014), menyatakan bahwasanya analisis isi merupakan sebuah metode penelitian yang menggunakan seperangkat prosedur untuk membuat inferensi valid dari sebuah teks. Sedangkan menurut Eriyanto (2014), analisis isi deskriptif ialah sebuah metode untuk menggambarkan secara detail mengenai sebuah pesan atau suatu teks tertentu. Analisis isi ini bukan di desain untuk menguji sebuah hipotesis atau hubungan antar variabel, akan tetapi berguna untuk mendeskripsikan yang mana penggambaran aspek-aspek dan karakteristik sebuah pesan.

Menurut Weber dalam Izzah (2018), ada beberapa cara yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data dalam analisis ini diantaranya:

1. Menetapkan unit yang terekam

Dalam pengkategorian data hal ini terbilang cukup penting. Pasalnya, kategorisasi ini dilakukan dengan beberapa level, diantaranya pertama, kata digunakan untuk mengkalsifikasikan masing-masing dari kata. Kedua, paragraf apabila sumber daya manusia (SDM) ataupun gawai yang digunakan terbatas, maka peneliti dapat mereduksi data dengan cara melakukan pengkodean berdasarkan paragraph. Namun kelemahannya yaitu terbilang cukup sulit untuk mendapatkan hasil yang reliable dikarenakan cangkupan dari data yang terlalu luas. Ketiga, keseluruhan teks. Keseluruhan teks dapat dilakukan atas dasar pengecualian, apabila jumlah teks tidak terlalu banyak seperti cerpen, headline berita, ataupun koran.

b. Menetapkan kategori

Terdapat dua tahap yang bisa dilakukan untuk menetapkan kategori.

Pertama yaitu peneliti harus mengetahui apakah antar unit yang berada di dalam kategori memiliki hubungan yang eksklusif. Kedua yaitu hubungan unit dalam kategori harus seberapa dekat.

c. Melakukan tes coding pada teks sampel

Tentu saja hal ini bisa dilakukan untuk mengupayakan tidak adanya ambiguitas dalam kategori. Tahapan tes coding ini juga digunakan untuk merevisi hal-hal yang tidak tepat dalam skema klasifikasi.

d. Menilai akurasi atau reliabilitas

Sebuah tahapan yang dilakukan dalam suatu penelitian yang digunakan untuk menilai akurasi atau reliabilitas dari hasil coding yang telah dilakukan. Hasil dari akurasi dan reliabilitas kemudian digunakan untuk menentukan apakah hasil dari pengkodean memang dapat dibuktikan kebenarannya.

e. Merevisi aturan pengkodean

Validitas dari analisis isi memang pada dasarnya terlihat sedikit berbeda dengan penelitian lainnya, akan tetapi hal ini tidak berarti menghubungkan dua variabel atau menghubungkan teori, melainkan validitas disini ialah sebuah skema klasifikasi atau penggabungan interpretasi yang menghubungkan isi penelitian dan sebab-sebab dalam penelitian.

Dikutip oleh (Muhajir, 2013) Analisis isi Holsti ialah sebuah teknik penelitian yang dimaksudkan untuk membuat suatu kesimpulan dengan cara mengidentifikasi setiap karakteristik tertentu pada pesan-pesan yang disampaikan secara objektif dan sistematis. Karakteristik dari suatu pesan bersifat tertentu dan disampaikan secara objektif dan sistematis. Karakteristik pesan yang teridentifikasi merupakan karakteristik yang tampak (manifest). Holsti juga mengemukakan ada tujuh tujuan dalam melakukan sebuah penelitian menggunakan analisis isi, yaitu untuk menjelaskan mengenai kecenderungan isi komunikasi, memberikan penjelasan mengenai karakteristik yang diketahui dari sumber kepada pesan yang dihasilkan.

Adapun pendapat dari Lasswell, dalam sebuah analisis isi yakni sebuah model komunikasi stimulus-respons yang berorientasi behavioris, dimana hubungan antar pengirim, stimulus, dan penerima bersifat simetris. Pada dasarnya, analisis ini hanya mengacu pada metode-metode dengan pusat perhatiannya berupa aspek isi teks yang diperhitungkan secara jelas, langsung, serta sebagai perumusan bagi frekuensi relatif dan bersifat absolut setiap kata per teks.

Peneliti memilih menggunakan metode analisis isi dikarenakan ingin menemukan gambaran mengenai konten apa saja yang terdapat konten Kesehatan Mental pada remaja di akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi, dengan cara mendeskripsikan teks yang menggambarkan aspek-aspek dan karakteristik dari konten secara spesifik dan sistematis terhadap pesan yang tampak pada konten tersebut. Untuk melihat efektivitas akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi dalam menginformasikan kesehatan mental peneliti akan melihatnya dari berbagai aspek, mulai dari message sidedness, order of presentation, daya tarik pesan dan kandungan pesan yang ada pada konten Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi. Dalam upaya menghindari sebuah subjektivitas dalam suatu penelitian maka peneliti akan melakukan tahap coding dengan coder lainnya menggunakan analisis isi holsti yang nantinya hasil dari lembar coding akan dihitung pada proses pengujian data menggunakan rumus Holsti. Sehingga nantinya peneliti dapat memberikan gambaran mengenai konten Kesehatan Mental pada remaja di akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi.

3.3 Unit Analisis

Yang dimaksud dengan unit analisis adalah bagian komponen dari sebuah penelitian dengan menggunakan metode kualitatif (Hamidi, 2014). Pada dasarnya, yang menjadi sebuah unit analisis dapat dikatakan memiliki kaitan dengan masalah penelitian yang dimana menjadi sebuah penentu dalam penelitian.

Penentuan dari unit analisis ini sangat berkaitan dengan masalah penelitian yang dimana sangat penting untuk dilakukan. Hal ini perlu dilakukan dalam upaya menghindari terjadinya kesalahan dalam proses pengumpulan data dan pengambilan kesimpulan dalam penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi unit analisis peneliti yakni menggunakan dokumen dalam bentuk foto konten Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi pada periode selama Bulan Januari – Desember 2022. Batasan konten yang diteliti adalah konten asli dari akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi, bukan merupakan konten iklan ataupun endorse. Alasan peneliti memilih periode tersebut adalah tingginya jumlah kasus terhadap kesehatan mental pada periode tersebut. Data di Indonesia menunjukkan sebanyak 6,1 % penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental (Kemenkes, 2023). Adapun kriteria dari unit analisis yang telah ditentukan dari video yang ada pada akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi adalah:

1. Konten Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi yang diunggah pada periode tahun 2022
2. Konten dengan pembahasan mengenai kesehatan mental.

Jumlah unit analisis yang digunakan oleh penelitian ini sebanyak 99 dari 130 dokumen di akun @studiodjiwa dan 31 dari 51 dokumen pada akun @tanyapsikologi, berikut beberapa contoh diantaranya

Tabel 3.1 Tabel keterangan Informan

No	Periode	Visual	Kategori
1	3 Januari 2022		<p>Sifat Pesan :</p> <p>Persuasif</p> <p>Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran</p> <p>Bentuk Konten : Informasi</p> <p>Jenis Konten : Kombinasi</p>

2 6
Januar
i 2022

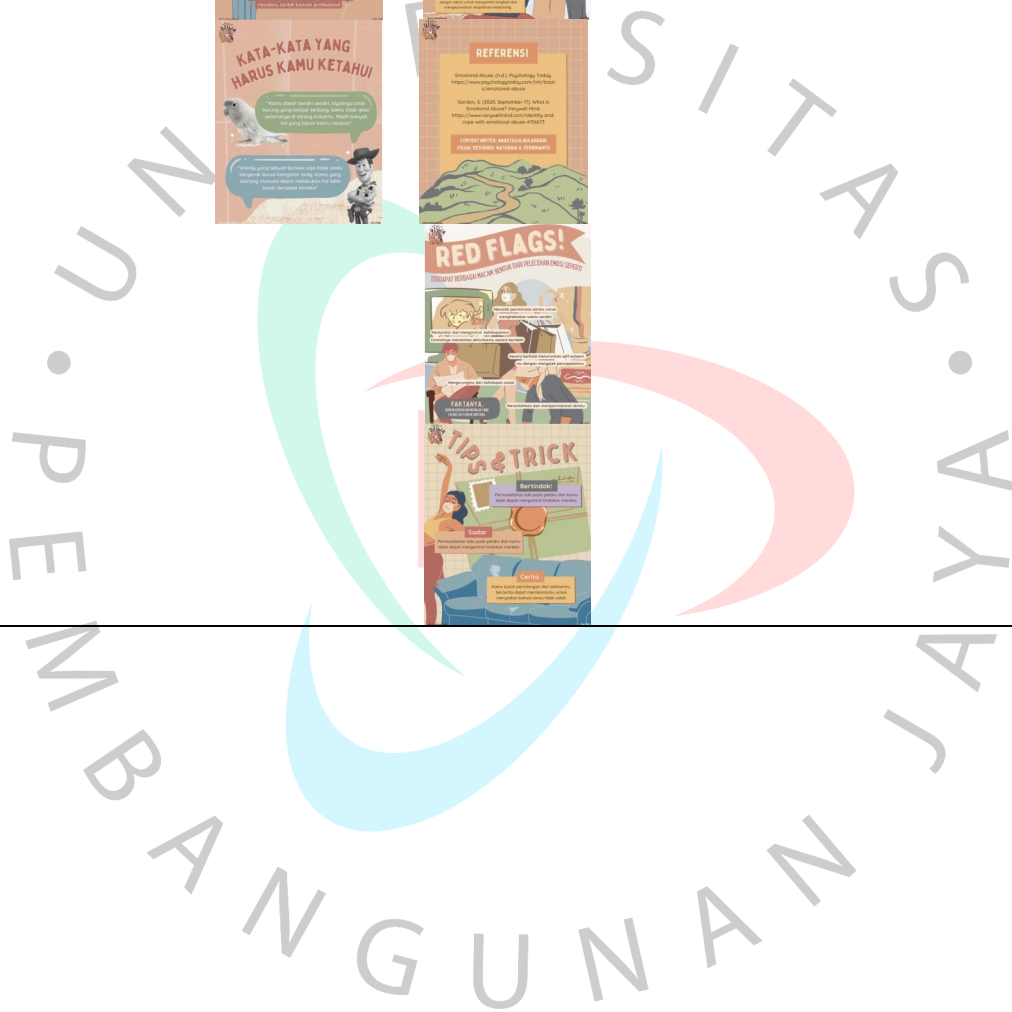


Sifat Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Peningkatan Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

3 13
Januari
2022



Sifat Pesan
:
Persuasif
Tema Pesan :
Peningkatan
Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi



4 21
Januari
2022



Sifat :
Pesan :
Persuasif
Tema Pesan :
Pemahaman Emosi
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

5 24
Januari
2022



Sifat Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Peningkatan
Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

6 27
Januari
2022



Sifat Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Perawatan Diri
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

7 31
Januari
2022



Sifat Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Peningkatan Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

8 3
Februari
2022



Sifat :
Pesan :
Persuasif
Tema Pesan :
Perawatan Diri
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

9 7
Februari
2022



Sifat :
Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Peningkatan
Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi





10 10
Februari
2022



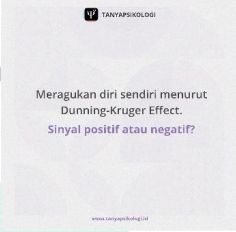



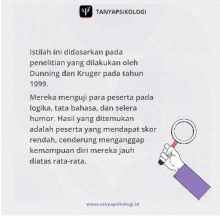



Sifat :
Pesan :
Informatif
Tema Pesan :
Peningkatan
Kesadaran
Bentuk Konten :
Informasi
Jenis Konten :
Kombinasi

Tabel 3.2 Unit Analisis @tanyapsikologi

No	Periode	Visual	Kategori
1	9 Januari 2022		<p>Sifat Pesan : Persuasif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
2	11 Januari 2022		<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>

3	6 September 2022	 <p>LONELINESS ATAU KESEPIAN ITU APA?</p> <p>Kesehian merupakan perasaan gelisah yang dirasakan seseorang ketika terdapat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang ingin dimiliki dengan realita yang ada.</p> <p>Geiser ke hiri yoi</p> <p>www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
4	8 September 2022	 <p>KENAPA SESEORANG MENGALAMI KESEPIAN?</p> <p>Seseorang bisa mengalami kesepian karena...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berada di tempat baru dan butuh waktu beradaptasi 2. Hubungannya dengan orang lain sering memudar 3. Tidak memiliki teman dekat yang dapat dipercaya <p>www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
5	10 September 2022	 <p>DAMPAK KESEPIAN:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mudah merasa bosan 2. Sulit membangun komunikasi dengan orang lain 3. Sulit menyelesaikan masalah yang dihadapi <p>www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
6	22 Oktober 2022	 <p>Bahaya Dunning-Kruger Effect.</p> <p>2 hal yang disebut sebagai "biasakan gender" dari efek ini:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinerja yang buruk • Fixed mindset <p>Masalah utamanya adalah ketika kita bernilai belajar dan cepat puas. Orang yang terkena efek ini tidak sadar akan kemampuan dirinya yang masih rendah, sehingga keinginan untuk terus belajar dan tambah tidak muncul.</p> <p>www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>

7	20 Oktober 2022	 <p>Penyebab Dunning-Kruger Effect.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak mampu mengenali kurangnya keterampilan diri • Kesadaran diri yang kurang untuk menilai diri sendiri secara objektif • Cepat merasa puas  <p>Punya masalah tapi bingung mau cerita ke siapa?</p> <p>Orang-orang yang mengalami efek ini mungkin tampak kompeten dan persuasif dari luar, namun sebenarnya mereka bahkan nggak tahu tentang dirinya sendiri.</p> <p>Tang bawong nyaring bunyinya, peti udah akrab di telinga 'kan perubahane itu?</p> <p>Yuk ceritakan permasalahan yang kamu alami bersama Psikolog di www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
8	19 Oktober 2022	 <p>Meragukan diri sendiri menurut Dunning-Kruger Effect. Sinyal positif atau negatif?</p>  <p>How much "we know" we know? (Confidence)</p> <p>How much "we know" we know? (Competence)</p> <p>Kabar baiknya adalah saat kita mulai meragukan kemampuan diri, bisa jadi kita lagi berproses keluar dari efek ini. Kita akan makin terpacu belajar lebih dalam dan rendah hati.</p> <p>Lama-lama tingkat percaya diri akan berbanding lurus dengan kepehaman kita di bidang itu.</p>  <p>Punya masalah tapi bingung mau cerita ke siapa?</p> <p>Saat mulai mempelajari suatu bidang yang baru, kita bisa cepat puas dengan sedikit informasi yang ada dan cenderung merasa sudah mengetahui banyak hal sehingga memicu tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Tapi setelah belajar lebih dalam kita sadar bahwa we know nothing.</p> <p>Distulah kita mulai meragukan diri sendiri dan akhirnya kepercayaan diri pun turun.</p> <p>Yuk ceritakan permasalahan yang kamu alami bersama Psikolog di www.tanyapsikologi.id</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>
9	12 Oktober 2022	 <p>Dunning-Kruger Effect adalah bias kognitif dimana orang melebih-lebihkan pengetahuan atau kemampuan mereka di bidang tertentu daripada yang sebenarnya.</p>  <p>Istilah ini didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Dunning dan Kruger pada tahun 1999. Mereka menguji para peserta pada logika, tata bahasa, dan selera humor. Hasil yang ditemukan adalah peserta yang mendapat skor rendah, cenderung menganggap kemampuan diri mereka jauh diatas rata-rata.</p>  <p>Contoh paling sering dari efek ini? Iya, sosial media. Orang bisa dengan mudah ngemong apapun yang bukan bidangnya seolah-olah mereka ahlinya.</p> <p>Hal itu berkaitan dengan proses metakognisi* mereka yang tidak berjalan dengan baik.</p> <p>Sebel nggak sih kalau liat orang yang begitu? Atau jangan-jangan, diri kita sendiri yang begitu?</p> <p>*Penilaian individu tentang aktivitas kognitif yang terjadi di dalam kepala mereka sendiri</p>	<p>Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi</p>

10	4 Januari 2022		Sifat Pesan : Informatif Tema Pesan : Peningkatan Kesadaran Bentuk Konten : Informasi Jenis Konten : Kombinasi
----	----------------	--	---

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Dalam proses mengumpulkan data pada sebuah penelitian kualitatif, seorang peneliti harus bisa untuk memposisikan dirinya sebagai human instrument. Yakni harus meluangkan banyak dari waktunya untuk menggali data yang berada di lapangan. Dalam penelitian kualitatif juga, proses pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian dapat diambil dengan cara observasi, wawancara, dan melalui dokumentasi. Hal ini disebabkan oleh penelitian kualitatif yang memiliki fokus terhadap sebuah pengamatan terhadap ruang dan tempat, pelaku, dan aktivitas objek yang diteliti (Nugrahani&Hum, 2014).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui cara mengkaji isi dokumen. Proses pengkajian dokumen yang dilakukan ialah sebuah Teknik pengumpulan data melalui arsip, gambar, catatan, video, dan masih banyak lagi. Teknik pengambilan data ini juga dapat dimanfaatkan oleh seorang peneliti sebagai alat untuk menguji, meramal, dan menafsirkan sebuah data. Pengumpulan data jenis ini pada umumnya digunakan pada penelitian kualitatif. Peneliti diminta untuk menyusun dan juga memindai data yang relevan dengan topik penelitian kedalam sebuah catatan agar dokumen yang diseleksi dapat terkumpul sesuai dengan kebutuhan penelitian. Maka dari itu seseorang yang melakukan sebuah penelitian juga harus memiliki kepekaan terhadap fenomena secara teoritis.

Peneliti juga harus dapat membedakan dokumen-dokumen apa saja yang diperlukan untuk dijadikan sebagai data penelitian (Nugrahani&Hum, 2014). Ada beberapa Teknik pengumpulan data yang bisa digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang ditelitinya, yakni:

- a. Peneliti menyeleksi seluruh data yang terdapat dalam akun Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan pada unit analisis.
- b. Peneliti mengunduh seluruh data yang telah lolos seleksi dalam bentuk gambar maupun video.
- c. Peneliti mengumpulkan seluruh data yang telah diunduh dalam satu file yang sama.
- d. Peneliti mengumpulkan seluruh data berdasarkan tanggal periode yang telah ditentukan dalam bentuk tabel.
- e. Peneliti melengkapi data yang tidak dapat ditangkap menggunakan satu gambar, seperti teks dalam video.

3.5 Metode Pengujian Data

Sebuah penelitian kualitatif dapat dinyatakan valid apabila data yang dihasilkan dari temuan objek yang dilaporkan di penelitian ini dikatakan sama dengan realitas fenomena sesungguhnya. Kebenaran pada realitas data ini memiliki sifat jamak dan memiliki ketergantungan pada bagaimana sebuah konstruksi individu dibentuk sesuai dengan latar belakang dan proses mental yang dibangun. Dalam penelitian kualitatif, keabsahan data dapat diuji melalui credibility, transferability, dependability, dan confirmability (Sugiyono, 2017).

Dalam penelitian kali ini, peneliti akan menggunakan metode pengujian data berupa creability dan confirmability.

1. Credibility

Credibility adalah upaya dari seorang peneliti untuk menjamin keabsahan data dengan cara mengkonfirmasi data yang diperoleh dengan objek yang ada pada penelitian. Tujuan dari proses ini adalah untuk membuktikan adanya kesesuaian pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi dan ada pada objek. Credibility digunakan untuk menjamin bahwasanya data yang telah terkumpul mengandung sebuah nilai kebenaran dan baik bagi pembaca pada umumnya maupun subjek dari penelitian itu sendiri. Salah satu cara

yang dapat dilakukan untuk memperoleh kredibilitas data adalah dengan melakukan triangulasi. Melalui uji tersebut maka keabsahan dari data dapat terjamin dengan cara membandingkan data yang diperoleh dari satu sumber atau metode dengan data dari sumber dan metode lainnya (Sugiyono, 2017). Menurut Patton dalam Anjani (2018), triangulasi data meliputi empat hal yakni: Triangulasi metode, dimana dilakukan dengan cara membandingkan informasi atau data dengan cara yang berbeda, misalkan melalui wawancara atau observasi. Triangulasi peneliti, yakni dilakukan dengan menggunakan lebih dari satu orang dalam proses pengumpulan atau analisa data, hal ini memiliki tujuan untuk memperkaya keabsahan pengetahuan dan menggali informasi yang lebih banyak. Triangulasi sumber, ialah dilakukan dengan tujuan untuk menggali kebenaran dari suatu informasi melalui metode atau sumber perolehan data yang beragam. Triangulasi digunakan untuk memastikan bahwa sebuah data yang telah dikumpulkan sebelumnya telah memenuhi syarat. Untuk menguji coba dari keabsahan penelitian ini, maka peneliti akan melakukan triangulasi data dengan cara menggunakan studi literatur dari konsep dan teori berbagai sumber yang berbeda untuk memastikan bahwa data yang dibutuhkan sesuai dengan permasalahan penelitian.

2. *Confirmability*

Table 3.3 Hasil Pengujian Reliabilitas @studiodjiwa

Kategori	Indikator	Coder 1	Coder 2	Uji Reliabilitas	Presentase
Sifat Pesan	Informatif	92	91	2(91)/92+91	99%
	Persuasif	7	8	2(7)/8+7	89%
	Koersif	0	0	2(0)/0+0	100%
Tema Pesan	Peningkatan Kesadaran	74	74	2(74)/74+74	100%
	Pengelolaan Stress	3	3	2(3)/3+3	100%
	Perawatan Diri	2	2	2(2)/2+2	100%
	Dukungan Sosial	3	3	2(3)/3+3	100%

	Pemahaman Emosi	17	17	2(17)/17+17	100%
Bentuk Konten	Mengatasi Stigma	3	3	2(3)/3+3	100%
	Tulisan	0	0	2(0)/0+0	100%
	Video	0	0	2(0)/0+0	100%
	Gambar	0	0	2(0)/0+0	100%
Jenis Konten	Kombinasi	99	99	2(99)/99+99	100%
	Hiburan	0	0	2(0)/0+0	100%
	Informasi	99	99	2(99)/99+99	100%
	Inspirasi	0	0	2(0)/0+0	100%

Tabel 3.4 Hasil Pengujian Reliabilitas tanyapsikologi

Kategori	Indikator	Coder 1	Coder 2	Uji Reliabilitas	Presentase
Sifat Pesan	Informatif	27	27	2(27)/27+27	100%
	Persuasif	4	4	2(4)/4+4	100%
	Koersif	0	0	2(0)/0+0	100%
Tema Pesan	Peningkatan Kesadaran	25	25	2(25)/25+25	100%
	Pengelolaan Stress	0	0	2(0)/0+0	100%
	Perawatan Diri	6	6	2(6)/6+6	100%
	Dukungan Sosial	0	0	2(0)/0+0	100%
	Pemahaman Emosi	0	0	2(0)/0+0	100%
	Mengatasi Stigma	0	0	2(0)/0+0	100%
	Tulisan	0	0	2(0)/0+0	100%
Bentuk Konten	Video	0	0	2(0)/0+0	100%
	Gambar	0	0	2(0)/0+0	100%
	Kombinasi	31	31	2(31)/31+31	100%
	Hiburan	0	0	2(0)/0+0	100%
Jenis Konten	Informasi	31	31	2(31)/31+31	100%
	Inspirasi	0	0	2(0)/0+0	100%

Adalah proses untuk menguji hasil dari penelitian yang memiliki kaitan dengan proses yang dilakukan. Uji confirmability ini juga merupakan sebuah uji

objektivitas dari suatu penelitian. Penelitian ini dapat dikatakan objektif apabila data yang ada disepakati oleh banyak orang. Ketika hasil dari penelitian yang dilakukan merupakan fungsi dan proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar confirmability. Uji ini dapat diperoleh dengan cara mencari persetujuan dari beberapa orang terhadap pandangan, pendapat mengenai hal-hal yang berhubungan dengan fokus dari penelitian itu sendiri.

Dalam penelitian kali ini, peneliti akan menguji data kepada orang lain yaitu Antika Prameswara akan menggunakan lembar coding yang telah dibuat sebelumnya. Nanti hasil dari lembar coding yang telah diisi oleh orang tersebut akan dibandingkan dengan hasil lembar coding yang telah diisi oleh peneliti. Setelah itu kedua data tersebut yang telah ada akan dihitung oleh peneliti dengan menggunakan rumus Holsti untuk mengukur reliabilitas antar coder.

$$CR = \frac{2M}{N1+N2}$$

$$N1+N2$$

Keterangan:

M : Jumlah Coding yang sama

N1 : Jumlah Coding yang dibuat coder

N2 : Jumlah Coding yang dibuat oleh coder

Reliabilitas bergerak diantara angka 0 sampai 1, jika 0 berarti tidak ada satupun yang disetujui oleh para coder dan 1 berartikan persetujuan sempurna antara dua coder. Adapun kriteria dari coder dua yakni seorang perempuan yang mana aktif dalam menggunakan sosial media Instagram serta telah mengikuti (follow) akun @studiodjiwa dan memiliki pengetahuan akan konten yang di unggah oleh @studiodjiwa dengan pembahasan penggambaran pesan kesehatan mental selama tahun 2022 yaitu Antika Prameswara. Alasan pemilihan coder 2 didasari oleh pengetahuan mengenai konten yang diunggah oleh @studiodjiwa selama tahun 2022, dan pengalaman Coder 2 dalam menganalisis isi konten.

Dalam rumus Holsti, angka reliabilitas minimum yang dapat ditoleransi ada pada 0,7 atau setara dengan 70%. Berarti, apabila dalam hasil penghitungannya menunjukkan angka diatas 0,7 maka dapat dikatakan bahwasanya alat ukur

yang dibuat dalam penelitian ini benar-benar reliabel. Akan tetapi bila hasil perhitungan dibawah angka 0,7 maka alat ukur yang digunakan dikatakan tidak reliable (Suadah, 2016).

3.6 Metode Analisis Data

Analisa suatu data dalam penelitian ialah cara untuk menyeleksi, mengelompokan, dan juga menggolongkan data sebagai suatu usaha untuk menjawab pertanyaan maupun permasalahan dalam penelitian berupa temuan tema pada data dan bagaimana kontribusi seluruh data yang ada terhadap tema penelitian. Analisis data ini dilakukan Ketika seluruh data yang diperlukan dalam sebuah penelitian terbilang terkumpul sehingga dalam melakukan Teknik Analisa data ini peneliti wajib untuk memperhatikan beberapa langkah diantaranya: pertama, mengidentifikasi data-data yang terkait dalam penelitian. Kedua, mengkalisifikasikan data-data yang telah didapat dai dokumen yang digunakan dalam penelitian. Ketiga, menginterpretasikan dan menganalisis data dari hasil fenomena yang didapatkan untuk menarik sebuah kesimpulan dari penelitian tersebut (Nugrahani, 2014)

Metode analisis data yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini ialah analisis interaktif. Metode analisis interaktif ini dipelopori oleh Miles&Huberman. Analisis interaktif memiliki tiga komponen didalamnya sehingga dapat digunakan untuk menarik sebuah kesimpulan dalam penelitian. Pertama, reduksi data, pada tahap ini seluruh komponen data yang terkumpul, kemudian diorganisir dan juga dikelompokan sehingga menghasilkan data yang fokus dan lebih sederhana, sehingga pada akhirnya membentuk abstrak dari seluruh informasi yang mendukung penelitian dari awal sampai akhir. Kedua sajian data, dimana pada tahapan ini komponen yang seluruh jenis informasinya dapat menarik sebuah kesimpulan dan pengambilan Tindakan dalam penelitian. Informasi tersebut akan disajikan ke dalam bentuk deskriptif dan juga naratif dengan gambaran atau skema yang telah disusun berdasarkan pada hasil dari inti reduksi data. Ketiga adalah kesimpulan dimana pada tahapan ini peneliti akan menafsirkan seluruh makna yang

terdapat pada data yang sebelumnya telah diinterpretasikan secara mendalam (Semiawan, 2017).

Peneliti dalam penelitian ini memilih analisis interaktif dikarenakan yang digunakan sebagai data pada penelitian ini ialah dokumen yang berbentuk gambar, video, atau kombinasi konten Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi. Dokumen tersebut nantinya akan peneliti analisis dengan menggunakan tiga proses pengolahan data mulai dari melakukan tahap reduksi data, lalu dari hasil tersebut kemudian peneliti akan menyajikan hasil reduksi data tersebut kedalam bentuk deskriptif naratif yang menjelaskan isi data untuk menafsirkan makna. Setelah itu, peneliti akan menafsirkan seluruh makna-makna yang telah terkandung dalam data tersebut untuk menarik kesimpulan dalam penelitian sehingga nantinya peneliti dapat menyimpulkan gambaran kesehatan mental pada akun Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi.

Tabel 3.6 Tabel Kategorisasi

Kategori	Indicator
Sifat Pesan	Informatif
	Persuasif
	Koersif
Tema Pesan	Peningkatan Kesadaran
	Pengelolaan Stress
	Perawatan Diri
Bentuk Konten	Dukungan Sosial
	Pemahaman Emosi
	Mengatasi Stigma
Jenis Konten	Tulisan
	Video
	Gambar
	Kombinasi
	Hiburan
	Informasi
	Inspirasi

Tabel 3.7 Tabel Alat Ukur

Kategori	Indicator	Definisi
Sifat Pesan	Informatif	Pesan informatif adalah pesan yang berisikan tentang suatu keterangan fakta dan juga data

		yang kemudian komunikasi akan mengambil sebuah kesimpulan dan keputusan sendiri, dalam sebuah situasi tertentu. Pesan informatif lebih berhasil apabila dibandingkan dengan pesan persuasif.
	Persuasif	Pesan persuasif berisikan tentang ajakan atau bujukan dengan tujuan untuk membangkitkan pengertian dan kesadaran manusia bahwa apa yang kita sampaikan akan memberikan sikap berubah. Tetapi berubahnya atas kehendak sendiri, jadi perubahan seperti ini bukan terasa dipaksakan, akan tetapi diterima dengan keterbukaan dari penerima.
	Koersif	Koersif, menyampaikan pesan yang bersifat memaksa dengan menggunakan sanksi-sanksi.
Tema Pesan	Peningkatan Kesadaran	Pesan kesehatan mental dapat berfokus pada meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental dan menghilangkan stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental. Ini dapat mencakup informasi tentang pentingnya menjaga keseimbangan emosi, mengenali gejala gangguan kesehatan mental, dan mencari bantuan jika diperlukan.
	Pengelolaan Stress	Konten kesehatan mental dapat memberikan strategi pengelolaan stres yang efektif, seperti teknik relaksasi, meditasi, olahraga, atau kegiatan kreatif. Pesan-pesan ini dapat mengedukasi pengikut tentang pentingnya

Perawatan Diri

mengenali tanda- tanda stres dan menyediakan alat-alat praktis untuk mengatasinya.

Pesan kesehatan mental dapat mengajak pengikut untuk merawat diri mereka sendiri dengan lebih baik. Ini termasuk menjaga gaya hidup sehat, menjaga pola tidur yang baik, memperhatikan asupan makanan, dan menghindari perilaku yang merugikan kesehatan mental, seperti penggunaan berlebihan media sosial atau penyalahgunaan zat.

Dukungan Sosial

Konten kesehatan mental dapat menekankan pentingnya memiliki dukungan sosial yang kuat. Pesan-pesan ini dapat mempromosikan koneksi interpersonal yang sehat, menjaga hubungan yang bermakna, dan mengajak pengikut untuk mencari dukungan dari orang-orang terdekat atau kelompok dukungan.

Pemahaman Emosi

Pesan kesehatan mental dapat membantu pengikut untuk memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik. Ini mencakup mengenali emosi yang muncul, menghargai perasaan mereka, dan menemukan cara yang sehat untuk mengungkapkannya, seperti melalui seni, menulis jurnal, atau berbicara dengan seseorang yang dipercaya.

Mengatasi Stigma

Konten kesehatan mental dapat berperan dalam mengurangi stigma yang masih terkait dengan masalah kesehatan mental. Ini

Bentuk Konten

Tulisan

dapat mencakup berbagi kisah-kisah inspiratif dari individu yang telah mengatasi tantangan mereka, menyoroti bahwa kesehatan mental adalah bagian alami dari kehidupan setiap orang, dan mendorong pengikut untuk bersikap empati dan mendukung orang-orang yang menghadapi masalah kesehatan mental.

Bentuk konten tulisan atau kata-kata yang dibuat oleh @studiodjiwa / @tanyapsikologi dalam kontennya menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh *followersnya*. Pada konten ini berisikan kata-kata saja atau juga terdapat kata-kata bersama dengan angka atau data yang ditemukan dalam informasi pesan Kesehatan mental.

Video

Bentuk konten video biasanya menggambarkan aktivitas dari kreator. Dalam konten Instagram @studiodjiwa / @tanyapsikologi, video menggambarkan sebuah kegiatan yang dilakukan oleh akun @studiodjiwa / @tanyapsikologi.

Gambar

Bentuk konten gambar biasanya mengkomunikasikan suatu masalah Kesehatan mental pada akun Instagram @studiodjiwa / @tanyapsikologi.

Kombinasi

Bentuk konten kombinasi ini merupakan gabungan antara gambar yang bergerak dengan tulisan, gambar tidak bergerak dengan tulisan. Tentunya dalam bentuk konten kombinasi ini

Jenis Konten	Hiburan	<p>seluruh nya bisa disertai atau tidak disertai audio.</p> <p>Fungsi konten hiburan adalah ketika <i>followers</i> atau khalayak dapat terhibur dengan melihat konten tersebut. Dimana, terdapat kelucuan dan juga keseruan baik dari tingkah laku ataupun tulisan yang terdapat dalam sebuah konten baik secara gambar, tulisan ataupun video.</p>
	Informasi	<p>Fungsi konten informasi adalah sebagai informasi atau memberikan pengetahuan kepada khalayak terhadap hal-hal yang penting. Informasi ini bisa berupa fakta atau penemuan secara nyata atau langsung.</p>
	Inspirasi	<p>Fungsi konten inspirasi adalah sebagai konten yang dapat memberikan khalayaknya dampak positif, inspirasi dan juga semangat kepada khalayaknya. Inspirasi ini bisa berupa tulisan, gambar ataupun video</p>

3.7 Keterbatasan Penelitian

Adapun Adapun keterbatasan dari penelitian ini diantaranya:

1. Peneliti hanya akan berfokus untuk meneliti Konten Instagram @studiodjiwa dan @tanyapsikologi mengenai kesehatan mental pada remaja selama masa periode tahun 2022.
2. Akun yang berasal dari Indonesia, menggunakan Bahasa Indonesia.
3. Peneliti tidak akan meneliti seluruh konten yang terdapat dalam akun @studiodjiwa dan @tanyapsikologi yang membahas mengenai bahasan selain Kesehatan pada remaja. Selain itu peneliti juga hanya akan meneliti teks dan visual yang tersurat pada konten @studiodjiwa dan @tanyapsikologi, namun tidak akan meneliti makna simbol-simbol dan pesan yang tersirat dalam konten.