

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FISIP

## Muatan Edukasi Kesehatan Mental di Media Sosial (Analisis Isi Kualitatif pada Akun Media Sosial @iBunda.id)

Ayu Andira Sihombing

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76687&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Beberapa fakta sering terjadi di Indonesia, masyarakat masih menganggap bahwa pembicaraan mengenai kesehatan mental adalah suatu hal yang tabu dan memalukan untuk dibicarakan. Seharusnya kesehatan mental sangat penting untuk diketahui dan diberi perhatian. Salah satu media sosial yang menyuarakan dan mengedukasi tentang kesehatan mental adalah ibunda.id lewat media sosial Instagram. Penelitian ini membahas mengenai edukasi kesehatan mental di media sosial.

Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme. Menurut paradigma ini, antara peneliti dan subyek yang diteliti perlu tercipta empati dan interaksi dialektis agar mampu merekonstruksi realitas yang diteliti melalui metode kualitatif seperti wawancara mendalam. Penelitian kesehatan mental ini mengangkat edukasi kesehatan mental untuk memberi pemahaman kepada masyarakat akan pentingnya kesehatan mental.

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif dan metode analisis menggunakan analisis isi kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan studi pustaka. Teori utama yang digunakan adalah teori isi media.

Hasil penelitian Instagram iBunda.id terbitan Januari 2021 hingga Maret 2021 menunjukkan media sosial berupa Instagram sebagai alat edukasi kesehatan mental. Hasil temuan dari penelitian ini Memberikan informasi baru tentang gangguan psikologis seperti fobia dan cara mengatasinya. Menggambarkan bagaimana seseorang dengan higly sensitive person, bahaya self-diagnose, ciri-ciri seseorang yang mengalami gangguan disosiatif, tentang tanda seseorang mengalami parental burnout, ciri seseorang dengan philophobia, athazagoraphobia, agliophobia, jenis gangguan makan, gangguan mania, dan menggambarkan ciri-ciri people pleaser. Kontribusi penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang kesehatan mental, khususnya membuat masyarakat menjadi paham akan pentingnya kesehatan mental.