



HUBUNGAN TERPAAN DAN MOTIVASI PEMANFAATAN KONTEN INSTAGRAM DENGAN SIKAP REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL (Kasus: Remaja RW 10 Kelurahan Jakasetia Kota Bekasi)

@Hak cipta milik IPB University

FRISKY MUTHIA YASIFA



**DEPARTEMEN
SAINS KOMUNIKASI DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Terpaan dan Motivasi Pemanfaatan Konten Instagram dengan Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental (Kasus: Remaja RW 10 Kelurahan Jakasetia Kota Bekasi)” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Mei 2026

Frisky Muthia Yasifa
NIM. I3401221096

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

FRISKY MUTHIA YASIFA. Hubungan Terpaan dan Motivasi Pemanfaatan Konten Instagram dengan Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental (Kasus: Remaja RW 10 Kelurahan Jakasetia Kota Bekasi). Dibawah bimbingan PUDJI MULJONO.

Instagram telah dimanfaatkan sebagai sarana penyebaran edukasi mengenai kesehatan mental. Pengguna Instagram berasal dari berbagai rentang, termasuk remaja yang berada pada fase penting dalam menjaga kesehatan mental. Tingginya penggunaan Instagram pada remaja membuat mereka lebih mudah terpapar konten kesehatan mental. Penelitian bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat paparan dan motivasi remaja dalam pemanfaatan konten Instagram dengan sikap remaja terhadap kesehatan mental. Penelitian dilaksanakan di RW 10 Kelurahan Jakasetia menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui pengisian kuesioner kepada 54 remaja RW 10 berusia 10-21 tahun yang dipilih menggunakan *simple random sampling*, serta didukung data kualitatif melalui wawancara mendalam dengan informan. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan dengan kategori sedang antara terpaan dan motivasi dengan sikap. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat terpaan dan motivasi yang dimiliki remaja dalam pemanfaatan konten kesehatan mental di Instagram, maka sikap remaja terhadap kesehatan mental juga cenderung semakin positif.

Kata kunci: Instagram, kesehatan mental, media sosial, remaja.

ABSTRACT

FRISKY MUTHIA YASIFA. The Correlation Between Exposure and Motivation in Instagram Content Use and Adolescents Attitudes toward Mental Health (Case: Adolescents in RW 10 Jakasetia, Bekasi City). Supervised by PUDJI MULJONO.

Instagram has been utilized as a medium for disseminating mental health education. Its users come from various age groups, including adolescents who are in a crucial stage of maintaining mental health. The high intensity of Instagram use among adolescents increases their exposure to mental health-related content. This study aims to analyze the correlation between the level of exposure and adolescents motivation in utilizing mental health content on Instagram and adolescents attitudes toward mental health. This research was conducted in RW 10, Jakasetia Subdistrict, using a quantitative approach with a survey method through questionnaires distributed to 54 adolescents aged 10–21 years selected using simple random sampling, and was supported by qualitative data obtained through in-depth interviews with informants. The results indicate that there is a positive and significant correlation at a moderate level between exposure and motivation and adolescents attitudes toward mental health. Therefore, the higher the level of exposure and motivation adolescents have in utilizing mental health content on Instagram, the more positive their attitudes toward mental health tend to be.

Keywords: adolescents, Instagram, mental health, social media.



© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



HUBUNGAN TERPAAN DAN MOTIVASI PEMANFAATAN KONTEN INSTAGRAM DENGAN SIKAP REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL (Kasus: Remaja RW 10 Kelurahan Jakasetia Kota Bekasi)

@Hak cipta milik IPB University

FRISKY MUTHIA YASIFA

Skripsi
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
pada
Program Studi Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat

**DEPARTEMEN
SAINS KOMUNIKASI DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Prof. Dr. Ir. Sumardjo, MS
2. Dr. Ratri Virianita, S.Sos, M.Si

Judul Skripsi : Hubungan Terpaan dan Motivasi Pemanfaatan Konten Instagram dengan Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental (Kasus: Remaja RW 10, Kelurahan Jakasetia, Kota Bekasi)
Nama : Frisky Muthia Yasifa
NIM : I3401221096

Disetujui oleh

Pembimbing
Prof. Dr. Ir. Pudji Muljono, M.Si



Diketahui oleh

Ketua Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat
Prof. Dr. Ir. Anna Fatchiya, M.Si.
NIP. 196811211997022001



Tanggal Ujian:
27 April 2026

Tanggal Lulus: 18 MAY 2026

PRAKATA

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Terpaan dan Motivasi Pemanfaatan Konten Instagram dengan Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental (Kasus: Remaja RW 10, Kelurahan Jakasetia, Kota Bekasi)” dengan baik untuk memenuhi syarat dan memperoleh gelar sarjana pada Departemen Studi Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. Selama proses penulisan, banyak sekali kekurangan yang terdapat pada diri penulis sehingga penulis membutuhkan bimbingan serta bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih saya sebanyak-banyaknya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Pudji Muljono, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah senantiasa membimbing dan mengarahkan setiap proses dari penyusunan skripsi.
2. Kedua orang tua, Bapak Moh Firmansyah dan Ibu Esti Dwi Retnosari, serta kedua kakak, Frisya Shasqia Zafira dan Gifarly Muhammad Afdalash selaku keluarga yang telah memberikan dukungan penuh dan kasih sayang selama penulis menyusun skripsi.
3. Seluruh dosen, tenaga pendidik, dan staf Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat yang telah memberikan fasilitas dalam pengerjaan skripsi.
4. Pihak Kelurahan Jakasetia, RW 10, dan seluruh warga serta remaja RW 10 Kelurahan Jakasetia yang telah bersedia membantu menjadi subjek penelitian dengan ketersediaan menjadi informan dan responden penulis pada saat penelitian berlangsung.
5. Muhammad Fahrezi Maulana yang senantiasa menjadi tempat untuk berdiskusi serta memberikan dukungan emosional terhadap penulis dalam penulisan skripsi.
6. Syahraina Mayzwa Miranjani, Rizka Nur Alfiani, Kaifa Emilia Tuzzahra, Safan Parna Ramadandra, Ariqah Hamidah Efendi, Pims gartem, serta Pimpunk HIMASIERA Kabinet Nartha selaku teman seperjuangan yang selalu memberikan penulis motivasi dalam penulisan skripsi.
7. Teman-teman Vicias Angkatan 59 yang telah kebersamai penulis selama berproses di perkuliahan IPB.

Bogor, Mei 2026

Frisky Muthia Yasifa

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan | 5 |
| 1.4 Manfaat | 5 |
| II PENDEKATAN TEORITIS | 7 |
| 2.1 Tinjauan Pustaka | 7 |
| 2.1.1 Remaja | 7 |
| 2.1.2 Media Sosial | 8 |
| 2.1.3 Terpaan Media | 10 |
| 2.1.4 Motivasi Pemanfaatan Media | 10 |
| 2.1.5 Media Sosial Instagram | 12 |
| 2.1.6 Kesehatan Mental pada Remaja | 13 |
| 2.1.7 Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental | 14 |
| 2.2 Kerangka Pemikiran | 15 |
| 2.3 Hipotesis Penelitian | 18 |
| III METODE PENELITIAN | 19 |
| 3.1 Pendekatan dan Metode Penelitian | 19 |
| 3.2 Lokasi Penelitian | 19 |
| 3.3 Teknik Pemilihan Responden dan Informan | 20 |
| 3.4 Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data | 21 |
| 3.5 Teknik Pengolahan dan Analisis Data | 22 |
| 3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas | 23 |
| 3.7 Definisi Operasional | 24 |
| 3.7.1 Terpaan Konten Kesehatan Mental di Instagram | 24 |
| 3.7.2 Motivasi Pemanfaatan Konten Kesehatan Mental di Instagram | 27 |
| 3.7.3 Sikap Remaja terhadap Kesehatan Mental | 30 |
| IV GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN | 33 |
| 4.1 Kondisi Umum Kelurahan Jakasetia | 33 |
| 4.1.1 Kondisi Wilayah dan Geografis | 33 |
| 4.1.2 Kondisi Demografis | 34 |
| 4.1.3 Sarana dan Prasarana | 36 |
| 4.2 Gambaran Umum RW 10 Kelurahan Jakasetia | 37 |
| 4.3 Karakteristik Responden dan Informan | 40 |
| 4.3.1 Usia Responden | 41 |
| 4.3.2 Pendidikan | 42 |
| 4.3.3 Pekerjaan | 42 |
| 4.3.4 Lama Menggunakan Instagram | 43 |

| | |
|--|-----------|
| 4.3.5 Banyak Akun yang Membahas Kesehatan Mental yang Diikuti di Instagram | 43 |
| 4.3.6 Jenis Konten yang Membahas Kesehatan Mental yang Diikuti di Instagram | 44 |
| 4.3.7 Karakteristik Informan | 45 |
| V TERPAAN KONTEN KESEHATAN MENTAL DI INSTAGRAM | 47 |
| 5.1 Frekuensi | 48 |
| 5.2 Durasi | 50 |
| 5.3 Atensi | 51 |
| VI MOTIVASI PEMANFAATAN KONTEN KESEHATAN MENTAL DI INSTAGRAM | 55 |
| 6.1 Hiburan | 56 |
| 6.2 Sumber Informasi | 57 |
| 6.3 Penguatan Identitas Pribadi | 59 |
| 6.4 Interaksi Sosial | 61 |
| VII SIKAP REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL | 65 |
| 7.1 Kognitif | 66 |
| 7.2 Afektif | 67 |
| 7.3 Konatif | 69 |
| VIII HUBUNGAN TERPAAN KONTEN KESEHATAN MENTAL DI INSTAGRAM DENGAN SIKAP REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL | 73 |
| IX HUBUNGAN MOTIVASI PEMANFAATAN KONTEN KESEHATAN MENTAL DI INSTAGRAM DENGAN SIKAP REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL | 77 |
| X PENUTUP | 81 |
| 10.1 Simpulan | 81 |
| 10.2 Saran | 81 |
| DAFTAR PUSTAKA | 83 |
| LAMPIRAN | 89 |
| RIWAYAT HIDUP | 89 |

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

| | | |
|----|---|----|
| 1 | Jenis data dan teknik pengumpulan data | 22 |
| 2 | Definisi operasional terpaan konten kesehatan mental Instagram | 25 |
| 3 | Definisi operasional motivasi pemanfaatan konten kesehatan mental di Instagram | 27 |
| 4 | Definisi operasional sikap remaja terhadap kesehatan mental | 30 |
| 5 | Jumlah dan persentase penduduk Kelurahan Jakasetia berdasarkan usia tahun 2025 | 35 |
| 6 | Jumlah dan persentase remaja Kelurahan Jakasetia berdasarkan tingkat pendidikan tahun 2025 | 36 |
| 7 | Jumlah sarana dan prasarana Kelurahan Jakasetia tahun 2025 | 36 |
| 8 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan usia | 41 |
| 9 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan pendidikan | 42 |
| 10 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan pekerjaan | 42 |
| 11 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan lama menggunakan Instagram | 43 |
| 12 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan banyak akun yang membahas kesehatan mental yang diikuti di Instagram | 44 |
| 13 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan terpaan konten kesehatan mental di Instagram | 47 |
| 14 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan frekuensi | 48 |
| 15 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan durasi | 50 |
| 16 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan atensi | 52 |
| 17 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan motivasi pemanfaatan konten kesehatan mental di Instagram | 55 |
| 18 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan hiburan | 56 |
| 19 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan sumber informasi | 58 |
| 20 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan penguatan identitas pribadi | 60 |
| 21 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan interaksi sosial | 62 |
| 22 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan sikap remaja terhadap kesehatan mental | 65 |
| 23 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan kognitif | 66 |
| 24 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan afektif | 68 |
| 25 | Jumlah dan persentase responden berdasarkan konatif | 69 |
| 26 | Jumlah dan persentase terpaan konten kesehatan mental di Instagram dengan sikap remaja terhadap kesehatan mental | 73 |
| 27 | Hasil uji korelasi terpaan konten kesehatan mental di Instagram dengan sikap remaja terhadap kesehatan mental | 75 |
| 28 | Jumlah dan persentase motivasi pemanfaatan konten kesehatan mental di Instagram dengan sikap remaja terhadap kesehatan mental | 77 |
| 29 | Hasil uji korelasi motivasi pemanfaatan konten kesehatan mental di Instagram dengan sikap remaja terhadap kesehatan mental | 79 |

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR GAMBAR

| | | |
|---|--|----|
| 1 | Data pengguna Instagram di Indonesia tahun 2023 (NapoleonCat) | 2 |
| 2 | Kerangka pemikiran | 18 |
| 3 | Peta administratif Kelurahan Jakasetia | 34 |
| 4 | Jenis akun dan konten kesehatan mental yang diikuti remaja RW 10 | 34 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | | |
|---|---|-----|
| 1 | Lokasi penelitian | 90 |
| 2 | Waktu kegiatan penelitian | 91 |
| 3 | Daftar responden | 92 |
| 4 | Kuesioner penelitian | 94 |
| 5 | Panduan wawancara mendalam | 100 |
| 6 | Catatan harian lapang | 105 |
| 7 | Uji validitas dan reliabilitas | 115 |
| 8 | Hasil uji korelasi <i>rank Spearman</i> | 117 |
| 9 | Dokumentasi lapang | 118 |

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.