

**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL MELALUI  
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL DI KALANGAN GEN-Z KOTA BANDUNG  
(Studi Korelasi Pada Akun Instagram @Meaningful.Me)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana Ilmu  
Komunikasi



Oleh

Muhammad Mahardhika Janutama

NIM 1904574

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2023

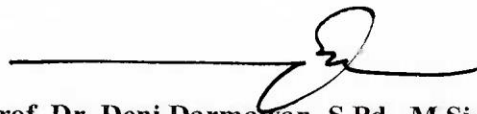
**LEMBAR PENGESAHAN**

**MUHAMMAD MAHARDHIKA JANUTAMA**

**Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Instagram  
Terhadap Kesehatan Mental Di Kalangan Gen-Z Kota Bandung (Studi  
Korelasi Pada Akun Instagram @meaningful.me)**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Deni Darmawan, S.Pd., M.Si., M.Kom., MCE.**

**NIP. 197112281998021001**

**Pembimbing II**



**Dr. Eki Baihaki, M.Si**

**NIDN. 0427126301**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi UPI,**



**Dr. Ahmad Fahrul Muchtar Affandi, M.Si**

**NIP. 198507172014041001**

**Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial  
Instagram Terhadap Kesehatan Mental Di Kalangan Gen-Z Kota  
Bandung**

**(Studi Korelasi Pada Akun Instagram @meaningful.me)**

Oleh  
**Muhammad Mahardhika Janutama**  
**NIM 1904574**

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

© Muhammad Mahardhika Janutama  
Universitas Pendidikan Indonesia

Hak Cipta dilindungi Undang – Undang  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian  
dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Gen-Z di Kota Bandung (Studi Korelasi Pada Akun Instagram @meaningful.me)**” beserta seluruh isinya adalah benar benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung,  
Yang Membuat Pernyataan,

**Muhammad Mahardhika Janutama**  
**NIM. 1904574**

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, Puji dan Syukur kita panjatkan ke hadirat Allah.SWT karena dengan rahmat serta hidayat-Nya, penulis bisa menyelesaikan Skripsi yang penulis buat dengan judul “Pengaruh Literasi Kesehatan Mental melalui Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Gen-Z Kota Bandung. Penulis melakukan penelitian serta penulisan Skripsi ini guna untuk memenuhi salah satu syarat untuk menempuh sidang skripsi dan juga untuk mendapatkan gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Komunikasi. Penelitian ini terbagi menjadi 5 bab utama yang terdiri dari Pendahuluan, Kajian Teori, Metode Penelitian, Hasil Penelitian, dan Kesimpulan serta Saran penelitian.

Dalam menyusun skripsi ini, peneliti mengakui bahwa masih terdapat kekurangan serta kesalahan yang dibuat oleh peneliti. Maka, penulis terbuka dengan kritik serta saran yang disampaikan. Semoga skripsi ini mampu berguna bagi kehidupan di masa mendatang.

Bandung,

**Muhammad Mahardhika Janutama**

**NIM. 1904574**

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyusunan skripsi ini sendiri, penulis menyadari bahwa dalam penelitian skripsi “Pengaruh Literasi Kesehatan Mental melalui Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Gen – Z Kota Bandung” ini belum sepenuhnya sempurna. Masih terdapat banyak kekurangan yang penulis sadari mengingat penulis masih dalam tahap pembelajaran dalam penyusunan skripsi ini.

Dengan selesainya skripsi ini, tentu saja terdapat banyak sosok yang berperan serta memotivasi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Tentu dukungan tersebut merupakan sebuah dukungan moral yang sangat penting bagi penulis dalam mengarungi skripsi ini. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut:

1. Allah SWT karena berkat limpahan rahmat, karunia, serta hidayahnya, penulis dapat menyelesaikan rangkaian pengerjaan skripsi ini
2. Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd, M.A., selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia beserta jajarannya
3. Prof. Dr. Agus Mulyana, M. Hum selaku Dekan Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Pendidikan Indonesia beserta jajarannya
4. Dr. Ahmad Fahrul Muchtar Affandi selaku ketua Program Studi Ilmu Komunikasi dan selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi pada semester ini
5. Prof. Dr. Deni Darmawan, S.Pd., M.Si., M.Kom., MCE selaku dosen pembimbing 1 saya yang selalu memberikan masukan, arahan, serta perbaikan terhadap skripsi yang telah saya kerjakan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini
6. Dr. Eki Baihaki, M.Si selaku dosen pembimbing 2 saya yang selalu membantu menjelaskan kepada saya mengenai struktur penulisan skripsi saya dan juga

memberikan masukan, arahan, serta perbaikan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.

7. Seluruh dosen serta staff Program Studi Ilmu Komunikasi yang senantiasa membantu memberikan dukungan akademik dan administrasi sehingga penulis dapat menempuh masa studi dengan lancar selama berada di Ilmu Komunikasi.

8. Ibu saya, Dra. Dewi Anggrawati, M.Pd yang selalu memberikan dukungan moril serta materil sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi serta masa pendidikan di Ilmu Komunikasi. Dengan kasih sayang, doa tulus, serta motivasi beliau lah yang menjadi pemacu saya untuk selalu melangkah menjadi seseorang yang lebih baik

9. Ayah saya, Achmad Gumbira Siradjuddin yang selalu memberikan dukungan moril serta materil sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi serta masa pendidikan di Ilmu Komunikasi. Ketegasan, arahan, doa, dan motivasi lah yang membentuk saya untuk melangkah menjadi seorang individu yang bertanggungjawab menyelesaikan apa yang sudah saya mulai.

10. Azkiya Chumaira, Dheana Zalfa, Fathan Haidar, Hanna Safitri, Indriani Pratiwi, Intan Permata Sari, M. Zaidan Rizqita, Reviastha Audiva, dan Rizki Dwi Pangestu yang memberikan bantuan berupa motivasi serta selalu menjadi tempat berkeluh kesah dan canda tawa selama proses pengerjaan skripsi sehingga beban yang dipikul berasa ringan.

11. BMM yang merupakan sebuah komunitas internal mahasiswa Ilmu Komunikasi UPI 2019 yang selalu menghibur dengan berbagai macam candaan sehingga saya selalu merasa terhibur dalam menjalani masa perkuliahan di Ilmu Komunikasi

12. Teman – teman mahasiswa Ilmu Komunikasi UPI 2019 yang senantiasa menjadi rekan satu angkatan yang baik dan selalu memberikan dukungan bagi penulis menjalani masa perkuliahan

13. Rekan rekan responden yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan rangkaian skripsi ini.

**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL MELALUI MEDIA  
SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP KESEHATAN MENTAL DI  
KALANGAN GEN-Z KOTA BANDUNG**

**(Studi Korelasi Pada Akun Instagram @Meaningful.Me)**

Muhammad Mahardhika Janutama, NIM. 1904574

Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Pendidikan Indonesia

**ABSTRAK**

Gen – Z sebagai individu yang sangat dekat dengan teknologi informasi dan komunikasi membuat mereka mampu untuk menyerap informasi yang diberikan melalui berbagai macam media. Namun ternyata, penyebaran informasi khususnya kesehatan mental ternyata kurang disambut baik. Masih terdapat banyak Gen – Z yang kurang memahami pentingnya literasi kesehatan mental sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap rendahnya kesehatan mental yang terjadi di kalangan Gen – Z. Penggunaan dari media sosial sebagai salah satu sarana penyebaran informasi diharapkan dapat menjadi sarana pencarian informasi kesehatan mental untuk mampu meningkatkan kesehatan mental terutama di kalangan Gen – Z. Penelitian ini berupaya untuk mencari pengaruh dari literasi kesehatan mental melalui media sosial Instagram sebagai mediator terhadap kesehatan mental di kalangan Gen – Z Kota Bandung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh signifikan dari literasi kesehatan mental melalui media sosial Instagram terhadap kesehatan mental di kalangan Gen – Z Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan teori S-O-R dimana jika terdapat sebuah stimulus yang diberikan, akan diproses oleh organism sehingga menghasilkan respons. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan analisis data dengan regresi dan uji efek mediasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pengikut akun @meaningful.me dan pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan menggunakan rumus Slovin sehingga didapatkan sampel 100 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga variabel memiliki korelasi yang kuat serta ditemukan pengaruh literasi kesehatan mental melalui media sosial Instagram terhadap kesehatan mental di kalangan Gen – Z Kota Bandung

Kata Kunci: Gen -Z, Literasi Kesehatan Mental, Kesehatan Mental, Komunikasi Kesehatan, Media sosial, Instagram, Teori S-O-R



**THE EFFECT OF MENTAL HEALTH LITERACY THROUGH  
INSTAGRAM SOCIAL MEDIA ON MENTAL HEALTH IN GEN-Z  
AMONG BANDUNG CITY**

(Correlation Study on Instagram Account @Meaningful.Me)

Muhammad Mahardhika Janutama, NIM. 1904574

**ABSTRACT**

Gen - Z as individuals who are very close to information and communication technology makes them able to absorb information provided through various media. However, the dissemination of information, especially mental health, was not welcomed. There are still many Gen - Z who do not understand the importance of mental health literacy so that this affects the low level of mental health that occurs among Gen - Z. The use of social media as a means of disseminating information is expected to be a means of seeking mental health information to be able to improve mental health, especially among Gen – Z. This study seeks to find the effect of mental health literacy through social media Instagram as a mediator on mental health among Gen – Z in Bandung. The purpose of this study was to see whether there was a significant effect of mental health literacy through Instagram social media on mental health among Gen - Z in Bandung. This study uses the S-O-R theory where if a stimulus is given, it will be processed by the organism to produce a response. The research uses a quantitative approach with descriptive methods and data analysis with regression and mediation effect tests. The population in this study were followers of the @meaningful.me account and taking samples using purposive sampling and using the Slovin formula so that a sample of 100 people was obtained. The results of the study show that the three variables have a strong correlation and found the effect of mental health literacy through Instagram social media on mental health among Gen - Z in Bandung City

Keywords: Gen - Z, Mental Health Literacy, Mental Health, Health Communication, Social Media, Instagram, S-O-R Theory

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis .....	10
1.4.3 Manfaat Kebijakan.....	11
1.4.4 Manfaat Isu dan Aksi Sosial .....	11
BAB II KAJIAN TEORI .....	13
2.1 Komunikasi Kesehatan .....	13
2.2 Literasi Kesehatan Mental .....	15
2.3 Kesehatan Mental .....	16
2.4 Teknologi Komunikasi .....	18
2.5 Media Sosial.....	19
2.6 Instagram dan Gen-Z.....	22
2.7 Teori Stimulus – Organism – Respons .....	24
2.8 Penelitian Terdahulu.....	27
2.9 Kerangka Penelitian.....	32
2.10 Paradigma Penelitian .....	33
2.11 Hipotesis Penelitian .....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Desain Penelitian .....	37
3.2 Jenis Penelitian.....	37
3.3 Partisipan Penelitian .....	37
3.4 Populasi Penelitian .....	38

3.5 Sampel Penelitian .....	38
3.5.1 Syarat Sampel yang baik .....	39
3.5.2 Ukuran Sampel.....	39
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.7 Definisi Operasional .....	41
3.7.1 Literasi Kesehatan Mental .....	42
3.7.2 Kesehatan Mental.....	42
3.7.3 Media Sosial Instagram .....	42
3.8 Instrumen Penelitian .....	52
3.8.1 Studi Korelasi.....	52
3.8.2 Kuesioner .....	53
3.8.3 Skala Pengukuran.....	53
3.9 Uji Validitas Instrumen.....	54
3.10 Uji Reliabilitas.....	57
3.11 Teknik Analisis Data .....	60
3.12 Uji Asumsi Klasik .....	60
3.12.1 Uji Normalitas .....	61
3.12.2 Uji Multikolinearitas.....	61
3.12.3 Uji Heteroskedastisitas .....	61
3.12.4 Uji Autokorelasi .....	62
3.13 Uji Koefisien Korelasi .....	62
3.14 Uji Koefisien Determinasi .....	62
3.15 Uji Hipotesis Parsial (Uji-T) .....	62
3.16 Uji Hipotesis Simultan (Uji – F) .....	63
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	64
4.1 Subjek Penelitian .....	64
4.2 Profil Responden .....	65
4.3 Karakteristik Responden.....	66
4.3.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	66
4.3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan .....	67
4.4 Statistik & Analisis Deskriptif Tanggapan Responden .....	68
4.4.1 Statistik Deskripsi Responden Pada Variabel X .....	69
4.4.2 Analisis Deskripsi Responden Pada Variabel X .....	69
4.4.3 Statistik Deskripsi Responden Pada Variabel Z.....	71
4.4.4 Analisis Deskripsi Responden Pada Variabel Z.....	72
4.4.5 Statistik Deskripsi Responden Pada Variabel Y .....	73
4.4.6 Analisis Deskripsi Responden Pada Variabel Y .....	74
4.5 Uji Asumsi Klasik .....	76
4.5.1 Uji Normalitas Model Pertama (X – Z).....	76
4.5.2 Uji Normalitas Model Kedua (XZ – Y).....	77

4.5.3 Uji Multikolinearitas Model 1 (X – Z) .....	78
4.5.4 Uji Multikolinearitas Model 2 (XZ – Y) .....	78
4.5.5 Uji Heteroskedastisitas Model 1 (X – Z) .....	79
4.5.6 Uji Heteroskedastisitas Model 2 (XZ – Y) .....	79
4.5.7 Uji Autokorelasi Model 1 (X – Z) .....	80
4.5.8 Hasil Uji Autokorelasi Model 2 (XZ – Y) .....	81
4.6 Uji Koefisien Korelasi .....	81
4.7 Uji Hipotesis .....	84
4.7.1 Uji Hipotesis Model 1 (X – Y) .....	84
4.7.2 Uji Hipotesis Model 2 (Y – Z) .....	87
4.7.3 Uji Hipotesis Model 3 (X – Z) .....	89
4.7.4 Uji Hipotesis Model 4 (X – Z – Y) .....	92
4.8 Uji Efek Mediasi .....	95
4.9 Pembahasan .....	98
4.9.1 Pembahasan Mengenai Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Terhadap Kesehatan Mental .....	99
4.9.2 Pembahasan Mengenai Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental .....	101
4.9.3 Pembahasan Mengenai Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Terhadap Penggunaan Media Sosial Instagram .....	102
4.9.4 Pembahasan Mengenai Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental .....	104
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI .....	109
5.1 Kesimpulan .....	109
5.2 Implikasi .....	110
5.2.1 Implikasi Teoretis .....	110
5.2.2 Implikasi Praktis .....	112
5.3 Saran dan Rekomendasi .....	113
DAFTAR PUSTAKA .....	115
LAMPIRAN .....	124
Lampiran 1: Kuesioner Penelitian .....	124
Lampiran 2: Data Responden .....	132
Lampiran 3: Tanggapan Responden .....	136
Lampiran 4: Uji Validitas dan Reliabilitas .....	147
Lampiran 5: Analisis Data Deskriptif .....	165
Lampiran 6: Uji Asumsi Klasik .....	167
Lampiran 7: Uji Korelasi .....	169
Lampiran 8: Uji Hipotesis .....	169
Lampiran 9: t – tabel .....	172
Lampiran 10: F Tabel .....	175
Lampiran 11: Bukti Mengikuti Instagram .....	178

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	28
Tabel 3.1 Operasional Variabel .....	42
Tabel 3.2 Skor angket .....	53
Tabel 3.3 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen X .....	54
Tabel 3.4 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen Variabel Z.....	56
Tabel 3.5 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen Variabel Y .....	56
Tabel 3.6 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Variabel X.....	58
Tabel 3.7 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Z.....	59
Tabel 3.8 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Variabel Y.....	59
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	67
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan .....	67
Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Variabel X.....	69
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Variabel X .....	71
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif Variabel Z.....	71
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Variabel Z.....	73
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Variabel Y.....	74
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Variabel Y .....	75
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas Model 1 .....	76
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas Model 2.....	77
Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas Model 1 .....	78

Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinearitas Model 2.....	78
Tabel 4.13 Hasil Uji Heteroskedastisitas Model 1.....	79
Tabel 4.14 Hasil Uji Heteroskedastisitas Model 2.....	79
Tabel 4.15 Hasil Uji Autokorelasi Model 1 (X – Z).....	80
Tabel 4.16 Hasil Uji Autokorelasi Model 2.....	81
Tabel 4.17 Hasil Uji Koefisien Korelasi.....	81
Tabel 4.18 Interval Koefisien Korelasi.....	82
Tabel 4.19 Uji Hipotesis Model 1 (X – Y).....	84
Tabel 4.20 Uji Hipotesis Model 2 (Z – Y).....	87
Tabel 4.21 Uji Hipotesis Model 3 (X – Z).....	89
Tabel 4.22 Uji Hipotesis Model 4 (X-Y-Z).....	92

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambaran Perilaku Gen – Z .....	24
Gambar 2.2 Bagan Teori S-O-R .....	25
Gambar 2.3 Kerangka Penelitian .....	33
Gambar 2.4 Paradigma Penelitian.....	34
Gambar 3.1 Rumus Slovin.....	40
Gambar 3.2 Rumus Uji Reliabilitas .....	58
Gambar 3.3 Rumus uji-t.....	63
Gambar 3.4 Rumus uji F.....	63
Gambar 4.1 Data Akun Instagram @meaningful.me .....	64
Gambar 4.2 Produk buku elektronik yang dijual oleh @meaningful.me .....	65
Gambar 4.3 Hasil Perhitungan Rumus Kategorisasi.....	70
Gambar 4.4 Hasil Perhitungan Rumus Distribusi Frekuensi Variabel X.....	70
Gambar 4.5 Hasil Perhitungan Rumus Distribusi Frekuensi Variabel Z.....	72
Gambar 4.6 Hasil Perhitungan Rumus Distribusi Frekuensi Variabel Z.....	73
Gambar 4.7 Hasil Perhitungan Rumus Distribusi Frekuensi Variabel Y .....	75
Gambar 4.8 Hasil Perhitungan Rumus Distribusi Frekuensi Variabel Y .....	75
Gambar 4.9 Rumus perhitungan koefisien jalur .....	85
Gambar 4.10 Gambar Model 1 .....	87
Gambar 4.11 Rumus perhitungan koefisien jalur .....	88
Gambar 4.12 Gambar Model 2 .....	89

Gambar 4.13 Rumus perhitungan koefisien jalur .....	90
Gambar 4.14 Gambar Model 3 .....	91
Gambar 4.15 Perhitungan Model 4 .....	93
Gambar 4.16 Gambar Model 4 .....	95
Gambar 4.17 Gambar Uji Efek Mediasi .....	96
Gambar 4.18 Komunikasi Persuasif .....	107



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A.R & Abidin, M. (2021). Urgensi Komunikasi Model *Stimulus Organism Response* (S-O-R) Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*. 6(2). 74 – 90.
- Adhar, Z. (2016). Pengaruh Terpaan Tayangan “86” di NET.TV Terhadap Kesadaran Hukum Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Angkatan 2014 Jurusan Hukum FH UMM). *Undergraduate thesis*. University of Muhammadiyah Malang.
- Agianto, R., Setiawati, A., Firmansyah, R. (2020). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Dan Etika Remaja. *Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*. 7(2). 130 – 139.
- Ananda, E.P. (2017). Sikap Penonton Surabaya Terhadap Tayangan E-News Net TV. *Undergraduate Thesis*. Widya Mandala Chatolic University Surabaya.
- Anisah, N., Sartika, M., & Kurniawan, H. (2021). Penggunaan Media Sosial Instagram Dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Pada Mahasiswa. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 4(2). 94 – 107.
- Anwar, F. (2017). Perubahan dan Permasalahan Media Sosial. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 1(1). 137 – 144.
- Asyanti, S. & Karyani, U. (2018). Mental Health Literacy Among Youth in Surakarta. *Advances in Social Sciences, Education, and Humanities Research*, 133(1). 12 - 16.
- Ausriyanti, R. & Andayani, R.P. (2020). Promosi Kesehatan Jiwa Masyarakat Menghadapi Era New Normal. *Jurnal Abdimas Santika*, 2(2). 97 – 101.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, & M., Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 9(1). 1 - 10.

- Binus, Q. (2014). *Uji Validitas dan Reliabilitas*. [Online]. Diakses dari <https://qmc.binus.ac.id/2014/11/01/u-j-i-v-a-l-i-d-i-t-a-s-d-a-n-u-j-i-r-e-l-i-a-b-i-l-i-t-a-s/>
- Brooks, H., Windfuhr, K., Irmansyah, I., Prawira, B., Putriningtyas, D.A.D., Lovell, K., Bangun, S.R., Syarif, A.K., Manik, G.C., Tanjun, S.I., Salim, S., Renwick, L., Pedley, R., & Bee, P. (2022). Children and Young People's Beliefs About Mental Health and Illness in Indonesia: A Qualitative Study Informed by The Common Sense Model of Self - Regulation. *PLoS ONE*, 17(2). 1 - 19.
- Brooks, H., Syarif, A.K., Pedley, R., Iramnsyah, I., Prawira, B., Lovell, K., Opitasari, C., Ardisasmita, A., Tanjung, I.S., Renwick, L., Salim, S., & Bee, P. (2021). Improving Mental Health Literacy Among Young People Aged 11 - 15 in Java, Indonesia: The Co-Development of a Culturally - Appropriate, User - Centred Resource (The IMPeTUs Intervention). *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 1(1). 15 - 56.
- Budiastuti, D. & Bandur, A. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Casmira, J.O., Widjanarko, B., Margawati, A. (2022). Promosi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Instagram Sebagai Sarana Edukasi. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*. 12(2). 114 – 124.
- Chairunnisa, N. (2020). Pengaruh Promosi dan Kepercayaan Terhadap Keputusan Pembelian di Shopee Pada Mahasiswa Jakarta Timur.
- Darmawan, D. (2012). *Pendidikan Teknologi Informasi dan Komunikasi: Teori dan Aplikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Darmawan, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dewi, K.S. (2012). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press Semarang.

- Dewi, S.K., & Sudaryanto, A. (2020). Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Demam Berdarah. *Prosiding*. 1(1). 73 – 79.
- Dwiyono, P. (2018). Representasi Maskulinitas Dalam Media Sosial (Analisis Semiotika Pada Akun Instagram @Dailymanly). *Undergraduate (S1) Thesis*, University of Muhammadiyah Malang
- Fadilah, Y. (2018). Respon Masyarakat Kelurahan Kampung Bandar Pekanbaru Terhadap Program Siaran Rona Melayu di TVRI Riau-Kepri. *Skripsi Thesis*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a New Definition Of Mental Health. *World Psychiatry*, 14(2). 231 – 233
- Grace, B.S., Tandra, A.G.K., & Mary, M. (2020). Komunikasi Efektif Dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental. *Jurnal Komunikasi*, 12(2). 191 - 210.
- Gunaitrin, E.Y. (2018). *Kesehatan Mental Anak dan Remaja*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Hadi, A. (2018). *Literasi Kesehatan Mental dan Stigma Terhadap ODGJ*. [ Online] Diakses dari <https://ekspresionline.com>.
- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1). 9 - 17.
- Hernandez – Torrano, D., Ibrayeva, L., Sparks, J., Lim, N., Clementi, A., Almukhambetova A., Nurtayev, Y., & Muratkyzy, A. (2020). Mental Health and Well – Being of University Students: A Bibliometric Mapping of the Literature. *Frontier Psychology*. 11(1). 1 – 16.
- Idham, A.F., Rahayu, P., As-Sahih, A.A., Muhiddin, S., & Sumantri, M.A. (2019). Trend Literasi Kesehatan Mental. *Analitika*, 11(1). 12 - 20.
- Indri, F.Z & Putra, G.H. (2022). Pengaruh Ukuran Perusahaan dan Konsentrasi Pasar Terhadap Kualitas Laporan Keuangan Pada Perusahaan Sektor Industri

Barang Konsumsi Yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia Pada Tahun 2016 – 2020. *Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi, dan Kewirausahaan*.

Janitra, P.A., Prihandini, P., & Aristi, N. (2021). Pemanfaatan Media Digital Dalam Pengelolaan Kesehatan Mental Remaja di Era Pandemi. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(1). 18 – 23.

Kartikasari, N., & Ariana, A.D. (2019). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental, Stigma Diri Terhadap Intensi Mencari Bantuan Pada Dewasa Awal. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 4(2). 64 - 75.

Korry, D.I. (2017). Coping Stress Berdasarkan Status Kerja Ibu Rumah Tangga. Other Thesis, Unika Soegijapranata Semarang.

Kurnia, N.D., Johan, R.C., & Rullyana, G. (2018). Hubungan Pemanfaatan Media Sosial Instagram Dengan Kemampuan Literasi Media di UPT Perpustakaan Itenas. *EduLib*, 8(8). 1 – 17.

Kurniawan, Y. & Sulistyarini, I. (2017). Komunitas Sehati (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2). 112-124.

Kusnendi. (2017). Handout Statistika Penelitian dan Analisis Data Dalam Penelitian Non Eksperimen Model Regresi Persamaan Tunggal. *Program Studi Pendidikan Ekonomi. Sekolah Pasca Sarjana Universitas Kuningan*.

Lestari, D.R. (2017). Penerapan Model Pembelajaran PKn Berbasis Project Citizen Dalam Membentuk Karakter Jujur dan Tanggungjawab Peserta Didik (Penelitian Tindakan Kelas Pada Peserta Didik Kelas XI Penjualan 2 SMK Pasundan Tanjungsari). *SI Thesis*, Universitas Pendidikan Indonesia.

Lestari, J.S., Farida, U., Chamidah, U. (2019). Pengaruh Kepemimpinan, Kedisiplinan, dan Lingkungan Kerja Terhadap Prestasi Kerja Guru. *ASSET: Jurnal Manajemen dan Bisnis*. 1(1). 38 – 55.

Liliweri, A. (2018). *Dasar – Dasar Komunikasi Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Mahendra, B. (2017). Eksistensi Sosial Remaja Dalam Instagram (Sebuah Perspektif Komunikasi). *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(1). 151 – 160.

Mailoor, A., Senduk, J.J., & Londa, J.W. (2017). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Snapchat Terhadap Pengungkapan Diri Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi. *E-Journal "Acta Diurna"*. 6(1). (1-17)

Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda (Studi Kasus Penyusunan Persamaan Allometrik Kenari Muda [*Canarium Indicum* L]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika dan Terapan*. 14(3). 333 – 342.

Nazira, D., Mawarpury, M., Afriani, Kumala, I.D. (2022). Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa di Banda Aceh. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*. 5(1). 23 – 39.

Napoleoncat. *Instagram users in indonesia*. [Online]. Diakses dari <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2022/01/>

Novianty, A. (2017). Literasi Kesehatan Mental: Pengetahuan dan Persepsi Publik Mengenai Gangguan Mental. *Analitika*, 9(2). 68 - 75.

Nugroho, P.I., Tarigan, A.H.Z., & Fikri, M.Z. (2020). Peran Literasi Kesehatan Mental Terhadap Intensitas Perilaku Pencarian Pertolongan di Kalangan Anak Jalanan Kota Palembang. *Journal Bimbingan dan Konseling*, 6(2). 74 – 82.

Nugroho, R.E. (2014). Analisis Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pengangguran di Indonesia Periode 1998 – 2014. *Jurnal PASTI*. 10(2). 177 – 191.

Nurmalasari. (2014). Pengaruh Kualitas Pelayanan dan Citra Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Akademi Kebidanan Aisyiyah Pontianak. *Jurnal Khatulistiwa Informatika*, 2(2). 184 – 197.

Oktavianti, P. (2018). Kesehatan Mental Pengguna Media Sosial Pada Remaja: Studi Deskriptif Kuantitatif. *Other Thesis*. Universitas Islam Riau

- Organisasi Kerja Sama dan Pembangunan Ekonomi. (2021). LMIC to UMIC. Paris: OECD.
- Pujiono, A. (2021). Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bagi Generasi Z. *Didache: Journal of Christian Education*, 2(1). 1 – 19.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Putra, Y.S. (2016). Theoretical Review: Teori Perbedaan Generasi. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 9(2). 123 – 134.
- Putri, W.A., Wibhawa, B., & Gutama, S.E. (2015). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2(2). 147 - 300.
- Pratama, A.S & Permatasari, R.I. (2021). Pengaruh Penerapan Standar Operasional Prosedur dan Kompetensi Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Divisi Ekspor PT. Dua Kuda Indonesia.
- Prihatiningsih, W. (2017). Motif Penggunaan Media Sosial Instagram di kalangan Remaja. *Jurnal Communication*, 8(1). 51 – 65.
- Purbohastuti, A.W. (2017). Efektivitas Media Sosial Sebagai Media Promosi. *Tirtayasa EKONOMIKA*, 12(2). 212 – 231.
- Rai, N.G.M., Susanto, T.D., Savitri, E.D., & Ratu, A. (2020). Studi Pendahuluan: Strategi Promosi Kesehatan Mental di Lingkungan Kampus Melalui Partisipasi Dosen Wali. *Jurnal Sosial Humaniora (JSH)*, 13(1). 46 – 58.
- Rahmayanthi, D., Moeliono, M.F., & Kendhawati, L. (2021). Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid - 19. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23(1). 91 - 101.
- Rathod, S., Pinninti, N., Irfan, M., Gorczynski, P., Rathod, P., Gega, L., & Naeem, F. (2017). Mental Health Service Provision in Low - Middle - Income Countries. *Health Services Insight*, 10(1). 1-7

Rati, F. (2015). *Penggunaan Media S2DLS (Sony Sugema Digital Learning System) Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada SMA Alfa Centauri Bandung (Studi Deskriptif Korelasional Pada Mata Pelajaran Matematika Terhadap Siswa Kelas X MIA di SMA Alfa Centauri Bandung)*. (S1 Thesis). Fakultas Ilmu Universitas Pendidikan Indonesia.

Rohmiyati, Y. (2018). Analisis Penyebaran Informasi Pada Sosial Media. *ANUVA*, 2(1). 29 – 42.

Rudianto, Z.N. (2022). Pengetahuan Generasi Z Tentang Literasi Kesehatan dan Kesadaran Mental di Masa Pandemi. *II*(1).

Sakitri, G. (2021). Selamat Datang Gen Z, Sang Penggerak Inovasi!. *Universitas Prasetia Mulya*. 1 – 10.

Saktiani, I.A. (2016). Keterkaitan Antara Ketersediaan E-Books 3D Dengan Pemenuhan Kebutuhan Informasi Pemustaka: Studi Deskriptif Korelasional di Perpustakaan Unit Pelayanan Teknis Balai Informasi Teknologi – Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (UPT BIT-LIPI) Bandung. S1 Thesis. Universitas Pendidikan Indonesia

Saputra, F.A., Ranimpi, Y.Y., & Pilakomanu, R.T. (2018). Kesehatan Mental dan Koping Strategi di Kudangan, Kecamatan Delang, Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah: Suatu Studi Sosiodemografi. *Humanitas*, 2(1). 63 – 74.

Saleh, G., & Pitriani, R. (2018). Pengaruh Media Sosial *Instagram* dan *WhatsApp* Terhadap Pembentukan Budaya “*Alone Together*”. *Jurnal Komunikasi*. 10(2).103 – 114.

Semrau, M., Evans - Lacko, S., Alem, A., Ayuso - Mateos, J.L., Chisholm, D., Gureje, O., Hanlon, C., Jordans, M., Kigozi, F., Lempp, H., Lund, C., Petersen, I., Shidhaye, R., & Thornicroft, G. (2015). *The Emerald Programme BMC Medicine*, 13(1). 1-9.

Setiadi, A. (2020). Pemanfaatan Media Sosial Untuk Efektifitas Komunikasi. *Jurnal*, 1(1). 1 – 7.

- Setiawan, V.R. (2016). Kepuasan dan Loyalitas Konsumen Luscious Dengan Kepercayaan Konsumen Sebagai Variabel Mediasi. *PERFORMA: Jurnal Manajemen dan Start – Up Bisnis*. 1(2). 136 – 143.
- Soebiantoro, J. (2017). Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma Pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1). 1-21.
- Soesilo, T.D (2018). Penelitian Inferensial Dalam Bidang Pendidikan (Salatiga: Satya Wacana University Press)
- Sucahya, M. (2013). Teknologi Komunikasi Dan Media. *Jurnal Komunikasi*, 2(1). 6 - 21
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta Supardi. (1993). Populasi dan Sampel Penelitian. *Unisia*. 6(17). 100 – 108.
- Susanti, R. (2005). Sampling Dalam Penelitian Pendidikan. *Teknodik*. 9(16). 187 – 208
- Suwandi, E., Imansyah, H.F., & Dasril, H. (2018). Analisis Tingkat Kepuasan Menggunakan Skala Likert Pada Layanan Speedy Yang Bermigrasi ke Indihome. *Jurnal*. 1(1). 1-11.
- Suwatno. (2018). *Komunikasi Organisasi Kontemporer*, Bandung: Simbiosis Rakatama Media
- Syahdi, N. (2016). Pengaruh Terpaan *Mobile Advertising* Berupa SMS (*Short Message Service*) Operator Kartu AS Terhadap Sikap Pengguna Telepon Seluler di Lingkungan Mahasiswa Universitas Riau. *JOM FISIP*, 3(2). 1 – 15.
- Tulandi, E.V., Rifai, M., & Lubis, F.O. (2021). Strategi Komunikasi Akun Instagram UbahStigma Dalam Meningkatkan Kesadaran mengenai Kesehatan Mental. *Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 7(2). 1 - 8.
- Vidyanata, D. (2022). Stimulus – Organism – Response (S-O-R) Model Application in Examining The Influence of Social Media Marketing on Purchase Decisions in



The Healthcare Industry: The Mediating Role of Brand Trust. *Journal of Applied Management*. 20(3). 651 – 667.

Wahyuni, S. & Joeysiana, K. (2021). Pengaruh Gaya Hidup dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Smartphone Oppo di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Riau.

Watie, E.D.S. (2011). Komunikasi dan Media Sosial (Communications and Social Media). *Jurnal The Messenger*, 3(2). 69 – 75.

Widiantoro, F.W., Shinta, A., & Ningrum, W.R. (2021). Literasi Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid 19 Melalui Siaran Interaktif Radio. *Buku Abstrak Seminar Nasional*, 1(1). 368 – 377.

Willenberg, L., Wulan, N., Medise, B. E., Devaera, Y., Riyanti, A., Ansariadi, A., Wiguna, T., Kaligis, F., Fisher, J., Luchters, S., Jameel, A., Sawyer, S. M., Tran, T., Kennedy, E., Patton, G. C., Wiweko, B., & Azzopardi, P. S. (2020). Understanding mental health and its determinants from the perspective of adolescents: A qualitative study across diverse social settings in Indonesia. *Asian Journal of Psychiatry*, 52.

Yuliarmi, N.N. & Marhaeni, A.A.I.N. (2019). *Metode Riset Jilid 2*. Bali: Sastra Utama