

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Ditemukan hasil pada penelitian Pengaruh Terpaan Informasi Kesehatan Mental di Media Sosial Instagram terhadap Kesadaran Kesehatan Mental (Studi Korelasi pada Pengikut akun Instagram @riliv) dengan jumlah responden sebanyak 270 sampel menunjukkan terdapat pengaruh positif antara terpaan informasi kesehatan mental di media sosial Instagram @riliv terhadap kesadaran kesehatan. Adapun kesimpulan dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

1. Variabel frekuensi informasi kesehatan mental mempunyai pengaruh yang bernilai positif terhadap kesadaran kesehatan mental. Maknanya bahwa semakin tinggi frekuensi maka semakin tinggi kesadaran kesehatan mental. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis satu diterima dan hipotesis nol ditolak.
2. Variabel durasi informasi kesehatan mental mempunyai pengaruh yang bernilai positif terhadap kesadaran kesehatan mental. Maknanya bahwa semakin tinggi durasi maka semakin tinggi kesadaran kesehatan mental. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dua diterima dan hipotesis nol ditolak.
3. Variabel atensi informasi kesehatan mental mempunyai pengaruh yang bernilai positif terhadap kesadaran kesehatan mental. Maknanya bahwa semakin tinggi atensi maka semakin tinggi kesadaran kesehatan mental. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis tiga diterima dan hipotesis nol ditolak.

5.2 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, bisa dilihat bahwa terpaan informasi kesehatan mental mempunyai pengaruh terhadap kesadaran kesehatan mental. Adapun hasil penelitian ini bisa diimplementasikan secara teori dan praktis.

5.2.1 Implikasi Teoritis

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan variabel terpaan informasi kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental. Hal ini dapat dilihat dari tiga aspek atau variabel yaitu frekuensi, durasi, dan atensi. Penelitian ini difokuskan pada informasi kesehatan mental dari akun media sosial Instagram @riliv yang memberikan pengaruh terhadap variabel dependen yakni kesadaran kesehatan mental terutama pada pengikut akun Instagram tersebut. Maka dari itu, penelitian ini bisa dikatakan mempunyai peran dengan menambah literature dalam ranah komunikasi massa, terkhusus di bidang komunikasi media baru dan komunikasi kesehatan.
2. Hasil penelitian ini juga menambah penguatan konsep penelitian dengan topik yang sama (Amalia, 2020; Bikriyah, 2020; Tulandi, dkk., 2021) yang meneliti tentang pengaruh akun media sosial berkaitan dengan terpaan informasi, strategi komunikasi kesehatan mental yang dapat berpengaruh terhadap kesadaran kesehatan mental seseorang.
3. Penelitian ini memperkuat konsep penelitian di ranah komunikasi massa dalam ranah komunikasi kesehatan. Dengan menggunakan teori S-O-R yang berasumsi bahwa organisme menghasilkan perilaku apabila diberi stimulus tertentu. Dapat disamakan dengan hasil penelitian tentang terpaan informasi kesehatan mental di Instagram @riliv yang menjadi stimulus dan berpengaruh dengan signifikan terhadap organisme yakni pengikut akun Instagram @riliv, serta respon yang dimaksud yaitu kesadaran kesehatan mental.

5.2.2 Implikasi Praktis

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif pada variabel frekuensi informasi kesehatan mental di media sosial (X1) terhadap kesadaran kesehatan mental (Y). Hal tersebut ditunjukkan dengan semakin seorang terpapar informasi kesehatan mental di Instagram @riliv, maka semakin tinggi pula tingkat kesadaran kesehatan mental dalam memahami, menganalisis, dan mengkomunikasikan kesehatan mental dengan benar.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif pada variabel durasi informasi kesehatan mental di media sosial (X2) terhadap kesadaran kesehatan mental (Y). Hal tersebut ditunjukkan dengan semakin lama seorang mengakses informasi kesehatan mental di Instagram @riliv, maka semakin tinggi pula tingkat kesadaran kesehatan mentalnya.
3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif pada variabel atensi informasi kesehatan mental di media sosial (X3) terhadap kesadaran kesehatan mental pada (Y). Hal tersebut ditunjukkan dengan semakin seorang fokus dalam membaca, mendengar, melihat pesan informasi kesehatan mental saat mengakses kesehatan mental di Instagram @riliv, maka semakin tinggi pula tingkat kesadaran kesehatan mentalnya.
4. Dari keseluruhan variabel independen yakni terpaan informasi kesehatan mental di media sosial Instagram @riliv yang mempunyai 3 variabel dapat mempengaruhi kesadaran kesehatan mental sebesar 60,3%. Hal tersebut berarti bahwa terpaan informasi kesehatan mental di media sosial merupakan salah satu unsur yang dapat meningkatkan kesadaran kesehatan mental.

5.3 Rekomendasi

Peneliti menyadari terdapat beberapa rekomendasi yang telah dibuat oleh peneliti terkait media sosial sebagai penyedia informasi yang ditujukan untuk masyarakat dan untuk para akademisi dalam penjabaran berikut:

Rekomendasi kritis/praktis

1. Untuk Media Sosial/Penyedia Informasi

Peneliti berharap untuk media sosial sebagai salah satu penyedia informasi dapat memerikan kemudahan dalam pencarian informasi, penggunaan serta pemanfaatan media sosial terutama terkait kesehatan mental. Sehingga khalayak dapat terbantu dalam menerima serta memahami sebuah informasi yang disampaikan oleh penyedia informasi.

2. Untuk Khalayak/Pengguna Media Sosial

Peneliti mempunyai harapan untuk khalayak atau pengguna media sosial agar lebih bijak dalam memilah informasi yang ada di media sosial. Khalayak perlu mengetahui bagaimana mengakses, memilih sumber terpercaya, serta memahami dan mengimplementasikan informasi kesehatan mental yang didapat dengan baik dan benar, supaya informasi tersebut dapat memberikan pengaruh positif untuk dirinya.

3. Untuk Akademisi

Peneliti berharap untuk peneliti lain yang akan melakukan penelitian selanjutnya agar bisa mengembangkan penelitian ini dengan faktor-faktor lain serta memanfaatkan media sosial sebagai referensi rujukan untuk kedepannya ketika akan meneliti lebih lanjut.