

## Dampak Pesan *Campaign Love Myself* terhadap Pentingnya Kesehatan Mental Remaja

Retno Permatasari Damanik, Siti Nursanti, Wahyu Utamidewi  
Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Singaperbangsa Karawang  
retnoprmta18@gmail.com, siti.nursanti@staff.unsika.ac.id,  
wahyu.utamidewi@fisip.unsika.ac.id

### ABSTRACT

In 2017 BTS released a campaign with UNICEF "love myself" which aims to influence fans to love themselves, spread positivity around and make the world safe for the younger generation. The research entitled Dampak Pesan Campaign Love Myself terhadap Kesehatan Mental Remaja was conducted to see how much impact the love myself campaign message has on adolescent mental health in ARMY aged 20-23 years. An explanatory survey was used in this quantitative research project. Uses and Effect Theory is the theory put to use. 100 persons made up the study's population. Distribution of surveys using the Likert scale, simple linear regression, and hypothesis testing using the coefficient of determination ( $R^2$ ) were used to gather the data. According to the findings, neither the message variable from the "love yourself" campaign nor its impact on variable Y (adolescent mental health) had any beneficial effects. Only 0.00009% of the message variable's effect was found in this analysis, with the remaining influence coming from other factors that were not included.

**Keywords:** Love Myself Campaign, Adolescent Mental Health, Uses and Effect

### ABSTRAK

Pada tahun 2017 BTS merilis *campaign* dengan UNICEF *Love Myself* yang mempunyai tujuan dalam memberi pengaruh penggemar guna mencintai diri mereka sendiri, menyebarkan berbagai hal positif yang ada di sekitar serta menjadikan dunia yang aman bagi generasi muda. Penelitian yang berjudul "Dampak Pesan *Campaign Love Myself* terhadap Kesehatan Mental Remaja" ini dilaksanakan guna melihat seberapa tinggi dampak yang ditimbulkan dari pesan *campaign Love Myself* terhadap kesehatan mental remaja pada ARMY umur 20-23 tahun. Penelitian ini dilaksanakan dengan metode kuantitatif memakai survei eksplanatori. Teori yang dipakai yakni Teori *Uses and Effect*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 100 orang. Pengumpulan data didapat melalui penyebaran kuesioner memakai (skala Likert) serta memakai regresi linier sederhana dan uji hipotesis memakai koefisien determinasi ( $R^2$ ). Mengacu pada temuan yang didapat tidak terdapatnya pengaruh positif antara variabel X (pesan) terhadap Y (kesehatan mental remaja) dan tidak terdapat pengaruh signifikan dari variabel pesan dari *campaign Love Myself* ini. Pada penelitian ini didapat senilai 0,00009% pengaruh dari variabel pesan sementara sisanya diberi pengaruh oleh beragam variabel lain yang tidak dikaji pada penelitian ini.

**Kata kunci:** *Campaign Love Myself*, Kesehatan Mental Remaja, *Uses and Effect*

## PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, ketika manusia yang awalnya sekadar bisa berkomunikasi memakai sebuah isyarat atau tanda, lalu kemampuan manusia berkembang menjadi bisa berbicara dan berbahasa. Sesudah itu, manusia mulai mengenal tulisan dan berkembang lagi hingga manusia mengenal media cetak.

Komunikasi massa yaitu pesan yang disampaikan lewat media massa kepada sebagian tinggi orang (Bittner, 1986). Mengacu pada pengertian tersebut bisa ditarik simpulan bahwa pada prosesnya komunikasi massa membutuhkan media sebagai jembatan guna menyampaikan sebuah pesan. Agar komunikasi yang dimaksud bisa menjangkau segenap khalayak, karenanya dibutuhkan media massa untuk bisa memenuhi hal tersebut. Media dalam hal ini yaitu media cetak ataupun media elektronik.

Media termasuk salah satu unsur yang begitu penting ketika akan melakukan sebuah komunikasi. Media massa yakni sarana yang dimanfaatkan dalam menyampaikan pesan dari sumber pada penerima melalui berbagai media komunikasi mekanis, antara lain radio, televisi, surat kabar, dan film (Cangara, 2016). Media berperan sebagai jembatan antara komunikator dan komunikan. apabila tidak ada media, karenanya pesan yang akan disampaikan tidak akan berjalan antara lain yang diinginkan masing-masing pihak.

Jika dulu media hanya tersusun atas media cetak saja yakni surat kabar serta majalah yang isinya berupa tulisan-tulisan dan gambar. Namun, sekarang media sudah berkembang dari yang tadinya hanya media cetak bertambah menjadi adanya media elektronik. Media memerlukan alat elektronik agar bisa mengetahui suatu informasi atau berita. Media elektronik meliputi televisi, radio, serta internet.

National Science Foundation (NSF) bertanggung jawab atas pengembangan Internet, yang dimulai sebagai proyek Departemen Pertahanan Amerika Serikat. ARPANET (Advanced Research Project Agency) yakni nama jaringan internet pertama (Lestari, 2020). Internet awalnya dipakai untuk penggunaan ilmiah suatu riset di Universitas.

Namun, pada pertengahan 1990-an internet sudah merasakan perkembangan secara pesat dan jauh dari tujuan awalnya. Sekarang, semua orang bisa memakai internet dan bisa mengaksesnya dengan mudah. Tidak hanya itu, kecepatan berita atau informasi yang bisa diakses pun begitu cepat dan bisa diterima di waktu yang sama walaupun sedang berada di tempat yang berbeda.

Twitter pada awalnya hanya dipakai oleh internal dari perusahaan Odeo. Lalu, Twitter pun dikenalkan ke publik pada Juli 2006. Keputusan ini dipilih mengacu pada rapat yang sudah diadakan sebelumnya dan kesepakatan tersebut disepakati. Pada April 2007, Twitter menjadi sebuah perusahaan yang berdiri sendiri. Sesudah itu Twitter menjadi begitu meledak dan populer di kalangan publik. Twitter yang awalnya hanya berisi sekitar 400.000 *tweet* yang diunggah, pada tahun 2011

merasakan lonjakan yang begitu besar, yakni mencapai 150 juta *tweet* yang diunggah (Pratomo, 2021).

Namun, pada tahun 2014 Twitter merasakan penurunan lonjakan karena banyaknya media sosial yang muncul. Bahkan pada Februari 2014 saham Twitter merasakan penurunan yang drastis. Tetapi, sekarang perkembangan Twitter sudah semakin membaik dan semakin banyak pula pengguna yang memakai media massa ini.

Dengan teknologi yang secanggih sekarang dan media informasi yang begitu beragam, membuat banyak lembaga memakai media sebagai sarana guna memberi informasi dan menjadi wadah guna mengajak publik agar ikut berpartisipasi ke dalam suatu program.

UNICEF—singkatan dari Dana Anak Perserikatan Bangsa-bangsa dan Dana Anak PBB (United Nations Children's Fund) yakni salah satu lembaga yang memakai media sosial ini. UNICEF sudah memberi bantuan pada lebih banyak anak dibanding lembaga kemanusiaan yang lain.

UNICEF berdiri pada 11 Desember 1946 guna memberi bantuan pada banyak anak di wilayah yang hancur oleh perang di Eropa, Tiongkok, dan Timur Tengah. Ketika itu, UNICEF yakni singkatan dari "United Nations International Children's Emergency Fund atau Dana Darurat Anak Internasional Perserikatan Bangsa-bangsa" (UNICEF, n.d.).

Pada 1953, UNICEF memperluas mandatnya, yaitu dengan mencukupi kebutuhan masing-masing anak di berbagai negara berkembang. Ketika itulah, tema "*international*" dan "*emergency*" dihilangkan dari nama "UNICEF" selanjutnya lembaga ini sah menjadi "United Nations Children's Fund".

Pada tahun 2017 BTS merilis *campaign* dengan UNICEF "*Love Myself*" yang mempunyai tujuan dalam memberi pengaruh penggemar guna mencintai diri mereka sendiri, menyebarkan berbagai hal positif yang ada di sekitar serta menjadikan dunia yang aman bagi generasi muda. *Campaign Love Myself* pun adalah bagian dari UNICEF *End Violence campaign*, di samping mengajak guna mencintai diri sendiri, BTS meminta para penggemar guna merealisasikan *campaign* tersebut melalui adanya donasi guna menyalurkan bantuan sekaligus mencegah terjadinya kekerasan pada anak (Haro, 2021).

Sejak 2017, *campaign Love Myself* di Twitter sudah menghasilkan lima juta *tweet* dan menjangkau lebih dari 50 juta partisipasi hampir di masing-masing negara di dunia dengan pesan penerimaan diri, harapan, dan kebaikan. Tidak hanya itu, dengan adanya *campaign* ini banyak orang yang sedang merasa di titik terendah hidupnya menjadi mempunyai alasan untuk bertahan. Cuitan-cuitan tersebut banyak sekali beredar di *Twitter*.

Secara umum, definisi kesehatan dipaparkan oleh WHO yakni: "Keadaan (status) sehat utuh secara fisik, mental (rohani) dan sosial, dan bukan hanya suatu

keadaan yang X dari penyakit, cacat dan kelemahan” (Smet, 1994). Jadi, bisa dikatakan sehat apabila semua hal tersebut seimbang. Secara khusus, dipaparkan oleh Karl Menninger, seseorang yang sehat mentalnya yaitu seseorang yang mempunyai kecakapan dalam pengendalian diri, memperlihatkan kecerdasan, berperilaku atas memedulikan perasaan orang lain, serta mempunyai perilaku hidup yang bahagia.

Sebagai temuan dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, prevalensi rumah tangga dengan anggota yang merasakan gangguan jiwa skizofrenia bertambah dari 1,7 permil pada tahun 2017 menjadi 7 permil pada tahun 2018. Di samping itu, 6,1%, atau sekitar 12 juta orang, dari populasi di bawah 15 tahun, menderita gangguan mental emosional (Riskesmas, 2013) bertambah menjadi 9,8% atau sekitar 20 juta jiwa. Dipaparkan oleh Dirjen Endang, situasi tersebut diperparah oleh terjadinya COVID-19. Ketika pandemi, persoalan gangguan kesehatan jiwa dicatat merasakan peningkatan sekitar 64,3% baik dikarenakan terkena penyakit COVID-19 ataupun persoalan sosial ekonomi sebagai dampak dari pandemi.

Terutama pada masa sesudah pandemi antara lain sekarang ini. Sesudah kurang lebih selama 2 tahun semua orang diharuskan berada di rumah serta terbatasnya aktivitas di luar rumah dengan bebas. Khususnya para remaja yang seharusnya pada umur ini mereka bisa menikmati hidupnya bersama teman-teman.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 1 dari 4 remaja berusia 16 hingga 24 tahun merasakan gangguan kesehatan jiwa. Akibatnya, Divisi Psikiatri Anak dan Remaja Fakultas Kesehatan Universitas Indonesia memakai survei *online* guna meneliti remaja berusia antara 16 dan 24 tahun, terutama mahasiswa tahun pertama. Di antara responden, sekitar 95,4 mengatakan bahwa mereka sempat merasakan gejala kecemasan (*anxiety*), dan 88% mengatakan bahwa mereka sempat merasakan gejala depresi saat menghadapi masalah yang mereka hadapi pada umur ini. Di samping itu, 96,4 persen dari mereka menyatakan bahwa mereka tidak memahami upaya mengatasi stres yang disebabkan oleh masalah yang sering mereka hadapi (Riyanto, 2021).

Sebagaimana dilaporkan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), remaja yakni orang di rentang umur 10 hingga 24 tahun. Pada umur ini remaja mulai merasakan tiga fase, yaitu: masa remaja awal (masa awal pubertas, mulai tumbuhnya beberapa bulu di beberapa bagian tubuh), masa remaja pertengahan (biasanya pada masa ini sudah timbul emosional dan kesensitifan yang kadang membuat mereka sering bertengkar atau beradu pendapat dengan orang tuanya (Rahmawati, 2021).

Teori *Uses and Effect* membahas hubungan antara pengguna, media, audiensi, dan efek. Oleh karena itu, teori ini berfokus pada penggunaan media itu sendiri, yaitu apakah penggunaan media itu efektif atau mempunyai efek yang berbeda pada penggunanya. Teori ini pertama kali diusulkan oleh Sven Windahl dalam Rohim (2009), menggabungkan teori efek tradisional dengan teori Penggunaan dan Penghargaan. Dalam hubungannya dengan penelitian ini, teori ini berfokus pada

terpaan media melalui kampanye *Love Myself*, apakah itu efektif dan berdampak pada penggunaannya. Ini akan memberi kita upaya guna memahami dan memperkirakan temuan dari komunikasi dengan masyarakat.

Penelitian ini berfokus pada kesehatan mental anak remaja dan dalam sudut pandang teori *Uses and Effect*. Kesehatan mental didefinisikan sebagai kesejahteraan sosial dan emosional. Kesehatan mental yang baik selalu diperlukan untuk anak-anak dan remaja agar dapat berkembang secara sehat, menjalin hubungan sosial yang kuat, dapat beradaptasi ketika terjadi perubahan, dan menghadapi tantangan hidup. Kesehatan mental remaja secara langsung dan positif diberi pengaruh oleh cinta, dukungan, dan hubungan yang kuat dengan keluarga dan orang-orang terdekat. Remaja mungkin tidak merasakan masalah kesehatan mental apabila mereka mempunyai hubungan emosional yang baik (Haines, 2019).

Alasan mengapa tertarik meneliti objek yaitu karena fenomena yang akan dikaji adalah fenomena yang sedang ramai dibahas di media sosial, isu *mental health* juga sangat relevan dengan para remaja, *campaign* ini juga berkolaborasi dengan *boyband* Korea ternama BTS. Peneliti merasa bahwa *campaign* ini bisa memberi dampak yang baik melihat bagaimana eksistensi BTS di kalangan remaja. Hal ini juga yang melatarbelakangi peneliti memilih ARMY khususnya yang masih remaja dengan rentang umur 20-23 tahun sebagai responden dari penelitian ini.

## METODE PENELITIAN

Untuk penelitian ini, peneliti memakai desain penelitian eksplanatori (Sugiyono 2019). Desain penelitian eksplanatori yakni jenis penelitian yang tujuannya ialah guna menguji hipotesis yang sudah dibuat sebelumnya, dan temuannya akan memberi bantuan pada mendeskripsikan hubungan kausal antar variabel melalui pengujian hipotesis. Di samping itu, tujuan dari penelitian ini yakni guna mendapatkan data dari sumber tertentu, tetapi peneliti melakukan perbaikan terhadap metode yang mereka gunakan guna mendapatkan data. Pesan (X) yakni variabel X penelitian ini, dan Kesehatan Mental Remaja (Y) yakni variabel Y (Sugiyono, 2019).

Teknik penarikan sampel pada penelitian ini yaitu memakai teknik *probability sampling* yakni penentuan sampel yang mempunyai potensi yang serupa bagi segenap bagian populasi agar dipilih sebagai anggota sampel (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini, *cluster sampling* dipakai guna memilih sampel dari masing-masing kelompok unit yang kecil. Sebagaimana namanya, pengumpulan sampel ini dilandaskan pada *cluster* ataupun gugus.

Jumlah anggota sampel tidak jarang dinilai dengan ukuran sampel. Total sampel yang diinginkan serupa dengan total anggota populasi itu tersendiri, total anggota sampel yang paling tepat dipakai bergantung pada tingkat ketelitian ataupun kesalahan yang diharapkan. Sampel yang dipakai pada penelitian kali ini yaitu 100 orang ARMY ataupun penggemar BTS yang berusia 20-23 tahun.

Analisis data yakni proses mengubah data menjadi informasi yang dapat dengan mudah dipelajari dan berguna dalam memecahkan masalah, terutama masalah penelitian. Uji Normalitas, Uji Regresi Linear Sederhana, Koefisien Determinasi, dan Uji Parsial T yakni teknik analisis data yang dipakai.

Uji normalitas dilaksanakan dalam menemukan jawaban terkait apakah sampel dipilih dari sebuah populasi yang memiliki distribusi normal ataupun tidak. apabila tes nya normal, temuan perhitungan statistik bisa digeneralisasikan ke populasi. Pengujian apakah datanya normal ataupun tidak juga bisa diubah ke distribusi lain. Dalam sebuah penelitian, sebelum dilaksanakan pengujian terlebih dahulu ditentukan tingkat signifikan ataupun tingkat nyata (Sugiyono, 2019). Guna menguji normalitas data, uji normalitas Kolmogrov-Smirnov dipakai dalam program SPSS, landasan penentuan keputusan untuk uji ini termasuk:

- Jika temuan uji bernilai probabilitas  $> 0,05$  karenanya data dinilai memiliki distribusi normal.
- Jika temuan uji bernilai probabilitas  $< 0,05$  karenanya data dinilai tidak memiliki distribusi normal.

Analisis regresi sederhana dipakai guna menentukan linieritas pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Analisis ini menguji data yang tersusun atas satu variabel X (*bebas*) dan satu variabel Y (*Y*), masing-masing bersifat kausal atau berpengaruh (Sugiyono, 2019).

Koefisien determinasi dilaksanakan guna mengetahui ada tidaknya hubungan sempurna, yang diindikasikan pada apakah perubahan variabel X (Pengguna, Pesan, Saluran) bisa disertai oleh variabel Y (Kesehatan Mental Remaja) pada proposisi yang erupa. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) secara umum yakni ukuran sebaik apa model bisa mendeskripsikan variasi variabel Y (Ghozali, 2016). Koefisien determinasi bernilai antara 0 dan 1, dan guna memudahkan perhitungan penelitian, dipakai program SPSS.

Uji Parsial T dilaksanakan guna menguji mengartikan ataupun tidaknya keterkaitan antar variabel X Pesan (X) dengan variabel Y Kesehatan Mental Remaja (Y) (Ghozali, 2016). Penerimaan ataupun penolakan hipotesis dilaksanakan mengacu pada kriteria berikut ini:

- Jika nilai signifikan  $> 0,05$  karenanya hipotesis ditolak (koefisien regresi tidak signifikan). Ini mengartikan bahwa secara parsial variabel X tersebut tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y.
- Jika nilai signifikan  $< 0,05$  karenanya hipotesis diterima (koefisien regresi signifikan). Ini mengartikan bahwa secara parsial variabel X tersebut mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap Y.

## Waktu dan Tempat Penelitian

Dalam memperoleh data penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data terhitung selama 1 bulan yaitu pada bulan Juli 2023. Penelitian ini dilaksanakan di

media sosial dengan objek remaja dengan rentang umur 20-23 tahun yang tersebar di segenap Indonesia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti akan mendeskripsikan informasi yang sudah dihimpun dan membahasnya mengacu pada temuan penelitian. Uji normalitas, uji regresi linear sederhana, uji parsial (T), dan uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) yakni bagian yang akan dibahas.

### Uji Normalitas

Uji normalitas diterapkan guna mencari tahu apakah sampel yang dipakai memiliki distribusi normal. temuan dari uji normalitas Solmogorov-Smirnov diperlihatkan di sini dalam program SPSS 21:

Tabel 1 Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,36169501
	Absolute	,097
Most Extreme Differences	Positive	,057
	Negative	-,097
Kolmogorov-Smirnov Z		,973
Asymp. Sig. (2-tailed)		,300

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber: Data yang diolah peneliti

Mengacu pada temuan uji normalitas ditemukan nilai signifikansi 0,300 > 0,05, karenanya bisa ditarik simpulan bahwa nilai residual memiliki distribusi normal.

### Uji Regresi Linear Sederhana

Uji regresi linear sederhana tujuannya ialah guna menilai pengaruh antara variabel X (Pesan) dengan Variabel Y (Kesehatan Mental Remaja). Di bawah ini adalah temuan output memakai program SPSS 21: uji regresi linear sederhana tujuannya ialah guna menilai pengaruh antara variabel X (Pesan) dan variabel Y (Kesehatan Mental Remaja). temuan yang dihasilkan dengan memakai program SPSS 21 diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 2 Uji Regresi Linear Sederhana

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	18,109	2,137		8,476	,000
	Pesan	-,031	,081	-,038	-,381	,704

Y Variable: Kesehatan Mental Remaja

Sumber: Data yang diolah peneliti

Menurut temuan tabel tersebut, uji regresi sederhana dari tabel koefisien menemukan nilai signifikansi senilai 0,704 yang lebih tinggi dari 0,05, yang mengartikan bahwa variabel Pesan (X) tidak memberi pengaruh yang signifikan terhadap variabel Kesehatan Mental Remaja (Y). Nilai koefisien regresi yakni -0,031, yang memperlihatkan bahwa masing-masing peningkatan 0,704 persen tingkat Pesan (X) akan mengakibatkan penurunan nilai Kesehatan Mental Remaja (Y) senilai -0,031.

### Uji Parsial (T)

Guna mengetahui apakah variabel X memberi pengaruh variabel Y secara signifikan, uji T dilaksanakan. temuan yang dihasilkan dengan memakai program SPSS 21 diperlihatkan di bawah ini:

Tabel 3 Uji Parsial (T)

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	18,109	2,137		8,476	,000
	Pesan	-,031	,081	-,038	-,381	,704

Y Variable: Kesehatan Mental Remaja

Sumber: Data yang diolah peneliti

Landasan penentuan keputusan:

- Ho diterima dan Ha ditolak apabila nilai t hitung < t tabel atau apabila Sig > 0,05
- Ho ditolak dan Ha diterima apabila nilai t hitung > t tabel atau apabila Sig < 0,05
- Dengan tingkat kepercayaan yang dipakai senilai 95%. karenanya nilai  $\alpha = 0,05$ .

Sebelumnya t tabel harus dihitung terlebih dahulu memakai rumus (t tabel =  $\alpha/2 : n-k-1$ ).

(t tabel =  $\alpha/2 : n-k-1$ )

(t tabel =  $0,05/2 : n-k-1$ )

(t tabel =  $0,05/2 : 100-1-1$ )

(t tabel =  $0,025 : 98$ )

t tabel = 0,025 : 98 yang selanjutnya didapat pada distribusi nilai tabel senilai 1,984.

Menurut temuan perhitungan guna masing-masing variabel, bisa ditarik simpulan bahwa variabel X (Pesan) tidak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental remaja. temuan perhitungan memperlihatkan bahwa nilai t hitung = -0,381 dan Sig 0,704 lebih tinggi dari 0,05. Ini memperlihatkan bahwa variabel Pesan tidak memberi pengaruh yang signifikan pada kesehatan mental remaja.

## Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Manfaat dari Variabel X (Pesan) dan Variabel Y (Kesehatan Mental Remaja) diukur melalui uji regresi linier sederhana. temuan yang dihasilkan dengan memakai SPSS 21 diperlihatkan di sini:

Tabel 4 Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,038 <sup>a</sup>	,001	-,009	2,37371

Predictors: (Constant), Pesan

Sumber: Data yang diolah peneliti

Nilai Adjusted = -0,009 = 0,00009% didapat dari tabel di atas. Ini memperlihatkan bahwa tingginya dampak pesan terhadap Kesehatan Mental Remaja yakni 0,00009%, dan variabel lain yang bukan merupakan kajian pada penelitian ini memberi pengaruh terhadap bagian yang tersisa.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Peneliti bisa sampai pada kesimpulan ini mengacu pada pemaparan temuan penelitian pada bab sebelumnya tentang "Pengaruh *Campaign Love Myself* terhadap Kesehatan Mental Remaja", yang peneliti kaji memakai teori *uses and effect* dan metode eksplanatori. Untuk variabel pesan X, nilai t hitung = 0,150 dan Sig 0,881 lebih tinggi dari 0,05. Dengan begitu, variabel Pesan tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja, karena Ho diterima dan Ha ditolak. Dengan jumlah responden seratus, tidak mengherankan bahwa masing-masing individu mempunyai dampak yang signifikan pada pesan Kampanye *Love Myself*, yang berdampak pada kesehatan mental remaja.

### Saran

Pada variabel pesan pada penelitian didapatkan bahwa temuan dari Pesan tidak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Ini membuktikan bahwa kesehatan mental remaja tidak diberi pengaruh dari Pesan *Campaign Love Myself*, karenanya sebaiknya pesan yang ada di dalam *campaign love myself* dapat

membuat individu mulai memperhatikan tentang kesehatan mental diri sendiri. apabila dilihat, tidak semua individu bisa langsung mendapat pengaruh kesehatan mental remaja dari banyaknya pesan yang diberikan dan disebarakan melalui *campaign Love Myself*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bittner, J. R. (1986). *Mass Communication: An Introduction* (4th ed.). New Jersey Prentice-Hall, Inc.
- Cangara, H. (2016). *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Cetakan ke). RajaGrafindo.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete dengan Program IBM SPSS 23* (Edisi 8). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Haines. (2019). Kesehatan Mental Anak dan Remaja. *Journal of Chemical Information and Modeling*. <https://doi.org/10.107/CBO9781107415324.004>
- Haro, J. (2021). *BTS and UNICEF Celebrate 4 Years of The "Love Myself" Campaign to Promote Child Self-esteem*. <https://news.un.org/en/story/2021/10/1102252>
- Lestari, M. (2020). *Komunikasi Massa: Pengertian, Sejarah, dan Efek Media Massa*. <https://tambahpinter.com/komunikasi-massa/>
- Pratomo, Y. (2021). *Sejarah Twitter, Jejaring Sosial yang Terinspirasi dari SMS*. KOMPAS.com. <https://tekno.kompas.com/read/2021/04/14/20420077/sejarah-twitter-jejaring-sosial-yang-terinspirasi-dari-sms>
- Rahmawati, D. (2021). *Memahami Pengertian Remaja dan Tahap Perkembangannya*. SehatQ. <https://www.sehatq.com/artikel/memahami-pengertian-remaja-dan-tahap-perkembangannya>
- Riyanto, A. (2021). *Riset: Usia 16-24 Tahun adalah Periode Kritis untuk Kesehatan Mental Remaja dan Anak Muda Indonesia*. The Conversation. <https://theconversation.com/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-untuk-kesehatan-mental-remaja-dan-anak-muda-indonesia-169658>
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT.Gramedia Widiasama Indonesia.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (ke-27). ALFABETA.
- UNICEF. (n.d.). *Pertanyaan Umum UNICEF*. Retrieved May 1, 2023, from <https://www.unicef.org/indonesia/id/pertanyaan-umum>