



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 4 No. 4 (2026) pp: 13380-13406

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Representasi Pemberdayaan Perempuan dalam Konten Inspiratif Instagram @rahasiagadis: Analisis Framing Model Pan dan Kosicki

Ni Putu Meyta Artika Rini¹, Ratna Devy Winayanti²

¹Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Pendidikan Nasional

²Program Studi Psikologi, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Pendidikan Nasional

mevtaartika9@gmail.com, devywinavanti@undiknas.ac.id

Abstrak

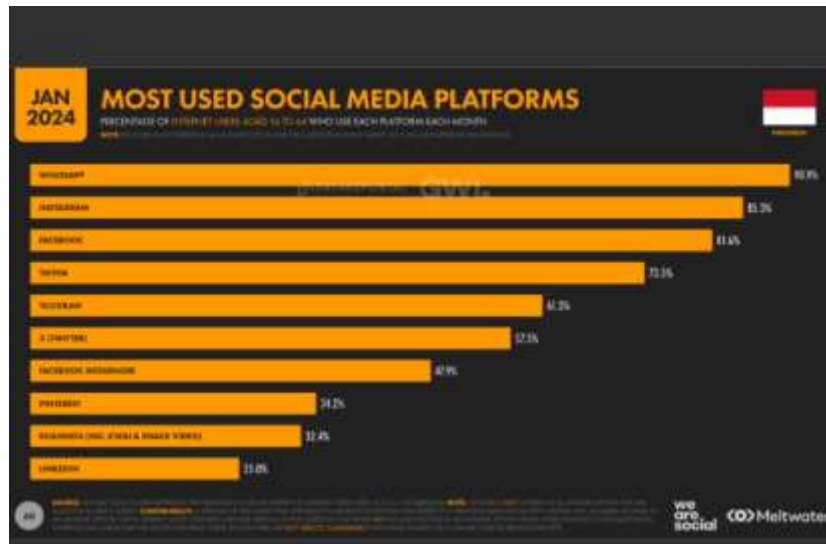
Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis representasi pemberdayaan perempuan dalam isu kesehatan mental yang disajikan melalui konten inspiratif pada akun Instagram @rahasiagadis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki, yang mencakup empat struktur utama, yaitu struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik. Data penelitian diperoleh dari sejumlah unggahan konten inspiratif yang secara khusus membahas pengalaman kesehatan mental perempuan, seperti kelelahan emosional, pengelolaan emosi, penerimaan diri, refleksi diri, serta keterkaitan kondisi mental dengan dinamika kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akun @rahasiagadis secara konsisten membingkai kesehatan mental perempuan sebagai pengalaman manusiawi yang normal, sah, dan layak untuk divalidasi. Struktur sintaksis ditampilkan melalui alur narasi yang reflektif dan bertahap, yang mengajak audiens memahami proses emosional secara perlahan. Struktur skrip menempatkan perempuan sebagai subjek aktif dalam proses pemulihan dan pertumbuhan emosional, bukan sekadar objek penderita. Struktur tematik menekankan pentingnya penerimaan diri, kesadaran emosional, dan ketahanan mental sebagai bentuk pemberdayaan perempuan. Sementara itu, struktur retorik memanfaatkan bahasa afirmatif, ilustrasi visual bernuansa lembut, serta metafora yang dekat dengan pengalaman sehari-hari untuk membangun kedekatan emosional dengan audiens. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial, khususnya Instagram, dapat berfungsi sebagai ruang suportif dalam pemberdayaan perempuan dengan menormalisasi pengalaman emosional serta meningkatkan kesadaran kesehatan mental secara empatik dan non-menghakimi.

Kata kunci: Kesehatan Mental Perempuan, Pemberdayaan Perempuan, Analisis Framing, Instagram, Konten Inspiratif

1. Latar Belakang

Pemberdayaan perempuan di ruang publik masih menjadi isu krusial di tengah kuatnya arus representasi media yang kerap melanggengkan stereotip gender. Pemberdayaan perempuan dimaknai sebagai proses yang memungkinkan perempuan mengembangkan kapasitas diri, mengambil keputusan hidup, serta memiliki kendali atas aspek-aspek penting dalam kehidupannya (Kuncoro & Kadar dalam Novitasari, 2021; Husna & Fahrimal, 2021). Namun, realitas sosial menunjukkan bahwa perempuan masih sering direpresentasikan sebagai sosok pasif, lemah, dan terikat pada peran domestik, khususnya dalam media yang menampilkan perempuan sebagai objek promosi produk rumah tangga dan kecantikan (Novita et al., 2024). Representasi tersebut memperlihatkan ketimpangan citra perempuan, di mana peran tradisional lebih dominan dibandingkan penggambaran perempuan sebagai individu yang berdaya.

Perkembangan media digital menghadirkan ruang baru bagi upaya pemberdayaan perempuan, terutama melalui media sosial. Instagram menjadi salah satu platform paling dominan di Indonesia, dengan tingkat penggunaan mencapai 85,3% dari populasi pengguna internet pada tahun 2024 (We Are Social, 2024). Data ini menunjukkan bahwa Instagram memiliki potensi besar sebagai medium penyebaran wacana sosial, termasuk isu pemberdayaan perempuan (lihat Gambar 1). Dengan karakter visual dan naratif yang kuat, Instagram memungkinkan penggunanya membangun identitas, menyampaikan aspirasi, serta menyebarkan pesan-pesan inspiratif secara luas (Yusuf et al., 2023).



Gambar 1. Data Jumlah Pengguna Media Sosial di Indonesia

Sumber: wearesocial.com

Dalam konteks ini, Instagram tidak hanya berfungsi sebagai ruang ekspresi personal, tetapi juga sebagai arena aktivisme digital. Van Dijck (2013) dalam Phitaloka & Purwaningtyas (2021) menegaskan bahwa media digital berperan penting dalam menciptakan ruang bagi aktivisme perempuan untuk berkembang. Melalui konten visual dan narasi afirmatif, perempuan dapat direpresentasikan sebagai figur yang kuat, mandiri, dan percaya diri. Konten inspiratif, dalam hal ini, dipahami sebagai unggahan yang memuat pesan reflektif, motivatif, dan afirmatif guna memperkuat kesadaran diri serta mendorong pemberdayaan emosional dan sosial perempuan.

Salah satu isu yang sering diangkat dalam narasi pemberdayaan perempuan di media sosial adalah kesehatan mental. Tekanan sosial akibat standar kecantikan yang sempit dan budaya perbandingan sosial di media digital berkontribusi pada meningkatnya kecemasan dan ketidakpercayaan diri perempuan (Elviany & Wulandari, 2025). Data Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (2024) menunjukkan bahwa 34,9% remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, dengan prevalensi kecemasan yang lebih tinggi pada remaja perempuan dibandingkan laki-laki (lihat Gambar 2). Fakta ini menegaskan urgensi kajian mengenai bagaimana media sosial meringkai isu kesehatan mental perempuan.

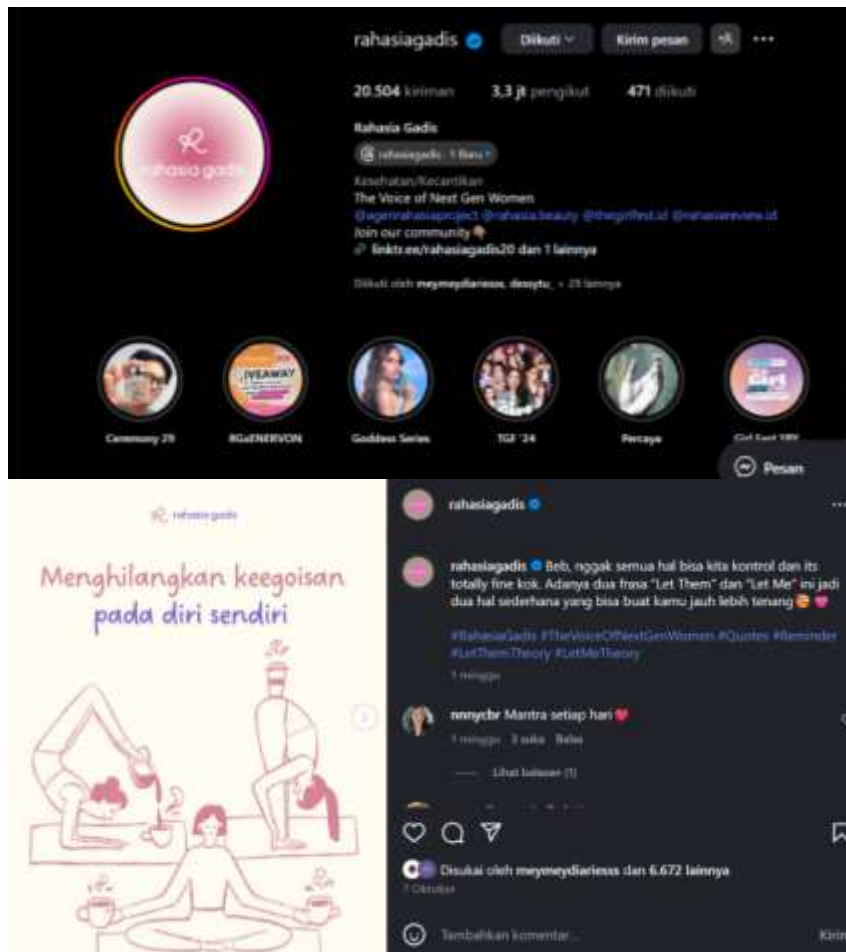


Gambar 2. Data Jumlah Masalah Kesehatan Mental di Indonesia

Sumber: goodstats.id

Di tengah konteks tersebut, akun Instagram @rahasiagadis hadir sebagai komunitas digital yang secara konsisten menyajikan konten inspiratif seputar kesehatan mental, self-love, body positivity, dan kesetaraan gender. Didirikan pada tahun 2014, akun ini telah memiliki lebih dari 3,3 juta pengikut per Oktober 2025 (lihat Gambar 3). Konten

@rahasiagadis memungkinkan audiens mengekspresikan perasaan, merefleksikan pengalaman emosional, serta membangun kesadaran diri melalui narasi yang lembut dan visual yang menenangkan (Putri et al., 2025).



Gambar 3. Profil dan Contoh Konten Inspiratif Instagram @rahasiagadis

Sumber: Instagram

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji perempuan dan media sosial, terutama terkait pembentukan citra diri, personal branding, dan aktivisme digital (Husna & Fahrimal, 2021; Phitaloka & Purwaningtyas, 2021). Penelitian lain menggunakan analisis framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki untuk isu politik dan pemberitaan aktual (Kulbi & Febriana, 2025; Viety et al., 2023). Namun, kajian yang secara khusus menelaah representasi pemberdayaan perempuan melalui konten inspiratif di Instagram dengan fokus pada isu kesehatan mental masih relatif terbatas. Celah penelitian ini menunjukkan perlunya pendekatan analitis yang mampu mengungkap bagaimana narasi dan visual membongkai makna pemberdayaan perempuan di luar konteks politik dan media arus utama.

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini menempatkan diri untuk mendukung dan memperluas penelitian terdahulu dengan menerapkan analisis framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki pada isu sosial, khususnya pemberdayaan perempuan dan kesehatan mental di media sosial. Pendekatan ini memungkinkan analisis yang komprehensif melalui empat struktur framing sintaksis, skrip, tematik, dan retorik dalam memahami bagaimana konten Instagram membangun makna dan pesan pemberdayaan.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah menganalisis representasi pemberdayaan perempuan dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis melalui analisis framing Pan dan Kosicki. Penelitian ini diharapkan menghadirkan kebaruan (*novelty*) baik dari sisi objek kajian, yaitu konten inspiratif kesehatan mental perempuan di Instagram, maupun dari sisi penerapan teori framing pada isu sosial non-politik, sehingga dapat memperkaya kajian komunikasi massa dan studi media digital.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif serta menerapkan metode analisis framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki sebagai kerangka utama analisis. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemaknaan, interpretasi, dan pemahaman mendalam terhadap teks serta visual media sosial, bukan pada pengukuran numerik. Dukeshire dan Thurlow (2002) dalam Sugiyono (2024) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif menekankan pada pengumpulan dan analisis data nonangka yang bersifat naratif untuk memahami fenomena sosial secara kontekstual. Analisis framing digunakan karena mampu mengungkap bagaimana realitas sosial dikonstruksikan dan disajikan oleh media. Eriyanto (2002) dalam Viety et al. (2023) menegaskan bahwa framing memungkinkan peneliti melihat bagaimana suatu peristiwa dipilih, ditonjolkan, dan dimaknai melalui struktur pesan media. Model framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dipilih karena menyediakan perangkat analisis yang sistematis melalui empat struktur utama, yaitu sintaksis, skrip, tematik, dan retorik. Adapun modifikasi dalam penelitian ini terletak pada penerapan model framing Pan dan Kosicki pada konten inspiratif media sosial Instagram, khususnya isu kesehatan mental perempuan, yang sebelumnya lebih banyak diterapkan pada analisis teks berita politik.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono (2023), penelitian deskriptif kualitatif bertujuan menggambarkan fenomena secara sistematis dan faktual melalui kata-kata, teks, dan gambar. Pendekatan ini dianggap relevan untuk memaparkan secara rinci representasi pemberdayaan perempuan dan isu kesehatan mental yang muncul dalam konten inspiratif akun Instagram @rahasiagadis. Penelitian ini menekankan pada kedalaman analisis makna, konteks pesan, serta strategi komunikasi yang dibangun melalui narasi dan visual yang ditampilkan dalam unggahan media sosial.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari objek penelitian, yaitu konten akun Instagram @rahasiagadis yang meliputi caption, gambar, video, serta elemen visual lain yang berkaitan dengan konten inspiratif dan isu kesehatan mental perempuan (Kulbi & Febriana, 2025). Selain itu, data primer juga diperoleh melalui wawancara sederhana dengan admin akun atau perwakilan komunitas Rahasia Gadis (Agen Rahasia Bali) serta beberapa pengikut aktif untuk menggali makna, tujuan, dan strategi penyampaian konten. Data sekunder diperoleh dari berbagai literatur pendukung berupa artikel jurnal, buku, laporan penelitian, dan dokumen relevan lainnya yang berkaitan dengan kajian pemberdayaan perempuan, kesehatan mental, media sosial, dan analisis framing. Data sekunder berfungsi sebagai dasar teoritis sekaligus sebagai pembanding untuk memperkuat interpretasi temuan penelitian.

Jenis data yang digunakan meliputi data kualitatif dan data kuantitatif terbatas. Data kualitatif berupa teks caption, visual unggahan, dan hasil wawancara dianalisis secara deskriptif-naratif untuk memahami makna dan konstruksi pesan. Data kuantitatif digunakan secara terbatas dalam bentuk angka interaksi, seperti jumlah tanda suka dan komentar, yang berfungsi sebagai indikator tingkat keterlibatan audiens dan menjadi pertimbangan dalam pemilihan konten yang dianalisis.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipatif, wawancara, dan dokumentasi. Observasi non-partisipatif dilakukan dengan mengamati unggahan akun Instagram @rahasiagadis tanpa terlibat langsung dalam interaksi, guna mengidentifikasi narasi, gaya visual, serta respons audiens secara objektif (Kulbi & Febriana, 2025). Wawancara dilakukan secara daring dan bersifat semi-terstruktur untuk memperoleh pemahaman kontekstual mengenai tujuan, makna, dan strategi penyampaian konten inspiratif terkait kesehatan mental perempuan (Sugiyono, 2024). Dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan dan mengarsipkan konten digital berupa tangkapan layar unggahan, caption, dan elemen visual yang relevan sebagai bahan analisis framing.

Penentuan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan relevansi dan keterkaitannya dengan fokus penelitian (Sugiyono, 2024). Unit analisis dalam penelitian ini berupa sepuluh unggahan akun Instagram @rahasiagadis yang dipublikasikan pada periode Oktober hingga Desember 2025. Konten dipilih berdasarkan tema kesehatan mental, self-love, dan keseimbangan emosional, serta mempertimbangkan tingkat keterlibatan audiens yang relatif tinggi. Pengambilan sampel dilakukan hingga data mencapai titik jenuh, yaitu ketika tidak ditemukan informasi baru yang signifikan.

Analisis data dilakukan menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi empat tahap, yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2024). Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi dan mengelompokkan data yang relevan dengan fokus penelitian, kemudian menganalisisnya menggunakan kerangka framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dengan mengidentifikasi struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif yang didukung tabel analisis framing untuk memperlihatkan pola representasi pemberdayaan perempuan. Penarikan kesimpulan

dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan dengan memverifikasi temuan melalui data observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Keabsahan data dijaga melalui uji kredibilitas dengan menerapkan triangulasi sumber dan triangulasi teknik (Sugiyono, 2024). Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data konten, hasil wawancara, dan literatur pendukung, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Keterbatasan penelitian ini terletak pada ruang lingkup data yang terbatas pada satu akun Instagram dan periode waktu tertentu, serta keterbatasan kedalaman wawancara yang bergantung pada ketersediaan dan keterbukaan informan.

3. Hasil dan Diskusi

Konten Inspiratif terkait Isu Kesehatan Mental Perempuan pada Akun Instagram @rahasiagadis dan unsur framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki

Bagian ini memaparkan hasil observasi dan analisis data penelitian yang berupa konten inspiratif akun Instagram @rahasiagadis yang berkaitan dengan isu kesehatan mental perempuan. Data dianalisis menggunakan model framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki untuk melihat bagaimana representasi pemberdayaan perempuan dibingkai melalui struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik. Konten yang dianalisis berfokus pada tema mental health, seperti refleksi pengelolaan emosi, penerimaan diri, self-care, overthinking, proses healing, serta penguatan diri perempuan.

Berdasarkan hasil analisis terhadap Konten 1 (lihat Tabel 1), pada struktur sintaksis terlihat bahwa penyajian konten disusun secara berurutan melalui beberapa slide yang membentuk alur narasi dialog batin perempuan. Slide awal dibuka dengan pengakuan kesulitan untuk bercerita kepada siapa pun, yang merepresentasikan sikap menutup diri dan kelelahan emosional. Slide-slide selanjutnya menampilkan berbagai keinginan emosional, seperti ingin menangis, menyerah, dan menghindar. Setiap pernyataan diakhiri dengan frasa repetitif “tapi nanti aja ya”, yang berfungsi sebagai penanda transisi antar slide sekaligus penutup tiap slide. Pola ini membentuk alur dari pengakuan emosi menuju keputusan untuk menunda respons emosional dan tetap melanjutkan aktivitas sehari-hari.

Tabel 1. Analisis Konten 1

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
	Urutan informasi dan alur narasi	Penyajian konten disusun secara berurutan melalui beberapa slide yang menampilkan dialog batin perempuan. Slide awal dibuka dengan pengakuan keengganan untuk bercerita kepada siapa pun, yang merepresentasikan sikap menutup diri. Slide-slide berikutnya menampilkan berbagai keinginan emosional seperti ingin menangis, menyerah, dan kabur. Setiap pernyataan diikuti dengan kalimat lanjutan “tapi nanti aja ya”, sehingga alur bergerak dari pengakuan emosi menuju keputusan untuk menunda reaksi emosional.
Sintaksis	Identifikasi tokoh	Tokoh direpresentasikan atau digambarkan sebagai perempuan anonim tanpa identitas khusus yang mengalami pergulatan batin sehari-hari, seperti kelelahan emosional, keinginan untuk menghindar, dan memilih diam. Representasi ini bersifat umum sehingga audiens perempuan dapat memproyeksikan pengalaman personalnya ke dalam narasi yang disajikan.
	Interaksi teks dan visual	Teks pada setiap slide menggunakan pola repetitif “Aku mau ... / Tapi ...” yang menggambarkan dialog batin internal. Visual ilustrasi perempuan dalam berbagai situasi keseharian digunakan untuk memperkuat makna teks tanpa menampilkan ekspresi stres yang ekstrem. Interaksi ini membingkai kelelahan mental sebagai pengalaman yang wajar dan dekat dengan kehidupan sehari-hari.

	Hubungan antar ide	Hubungan antar ide dibangun dari ekspresi kelelahan emosional menuju keputusan untuk tidak langsung menyerah. Frasa “tapi nanti aja ya” berfungsi sebagai penanda transisi dari dorongan untuk menyerah ke keputusan untuk tetap melanjutkan hidup secara bertahap.
Skrip	Kelengkapan 5W+1H	<i>Who:</i> Perempuan sebagai audiens utama konten. <i>What:</i> Penyampaian pesan validasi kelelahan mental dan penguatan untuk tetap bertahan. <i>When:</i> Saat individu berada dalam kondisi lelah secara emosional. <i>Where:</i> Disampaikan melalui ruang digital Instagram. <i>Why:</i> Untuk menyampaikan bahwa kelelahan mental adalah pengalaman yang dapat dialami dan tidak perlu disembunyikan. <i>How:</i> Melalui pernyataan empatik, pola repetisi, dan representasi visual pengalaman emosional sehari-hari.
	Sudut pandang	Konten menggunakan sudut pandang empatik dengan menempatkan audiens sebagai individu yang sedang menjalani proses emosional, tanpa menyebut kondisi tersebut sebagai masalah atau kelemahan.
	Penekanan isu	Isu yang ditonjolkan adalah kelelahan mental dan pergulatan batin, serta pilihan untuk tetap melanjutkan aktivitas meskipun sedang tidak berada dalam kondisi emosional yang stabil.
	Tema utama	Kesehatan mental perempuan dalam konteks ketahanan emosional.
	Subtema	Dialog batin, keinginan untuk menghindar, serta penundaan reaksi emosional.
Tematik	Konsistensi pesan	Pesan dalam teks, visual, dan caption saling mendukung dalam menampilkan pengalaman emosional perempuan dan ajakan untuk memahami kondisi diri.
	Hashtag	Penggunaan hashtag seperti #RahasiaGadis, #TheVoiceOfNextGenWomen, #Quotes, dan #DailyReminder digunakan menegaskan identitas akun dan mengaitkan konten dengan isu refleksi diri dan pengalaman emosional perempuan.
	Pesan moral	Perempuan dapat merasa lelah dan ingin menghindar, namun tetap memiliki pilihan untuk bertahan dan melanjutkan aktivitas.
Retoris	Pilihan kata	Kalimat disusun dengan bahasa informal dan langsung, menggunakan kata ganti orang pertama untuk membangun kesan dialog batin. Pola kalimat pendek digunakan pada setiap slide. Sementara itu, dalam caption, penggunaan bahasa informal dan akrab seperti “beb”, “capek banget”, dan “kamu hebat banget” menciptakan kesan hangat, aman, dan tidak menghakimi.

Simbol visual	Ilustrasi perempuan dalam berbagai aktivitas ringan, seperti dalam posisi duduk dan diam yang merepresentasikan pergulatan batin serta kelelahan mental tanpa dramatisasi berlebihan.
Warna dan tipografi	Visual didominasi warna-warna pastel seperti hijau, pink, cream dengan latar sederhana. Teks diletakkan di atas dan dibawah ilustrasi dengan ukuran relatif seragam pada tiap slide.
Strategi atensi	Strategi atensi dibangun melalui repetisi kalimat “Aku mau ...” yang memicu kedekatan emosional, lalu diimbangi dengan lanjutan “tapi ...” yang menggeser makna dari keluhan menjadi refleksi. Pola ini memperkuat pesan bahwa ketahanan emosional hadir melalui pilihan kecil untuk tetap melanjutkan hidup.

Tokoh dalam konten direpresentasikan sebagai perempuan anonim tanpa identitas khusus. Representasi ini menampilkan pergulatan batin yang bersifat umum, seperti kelelahan mental dan keinginan untuk diam, sehingga memungkinkan audiens perempuan untuk memproyeksikan pengalaman personal mereka ke dalam narasi yang disajikan. Interaksi antara teks dan visual memperkuat framing tersebut, di mana teks menggunakan pola repetitif “Aku mau ... / Tapi ...” sebagai bentuk dialog batin internal, sementara ilustrasi perempuan dalam situasi keseharian digunakan untuk menegaskan makna teks tanpa menampilkan ekspresi stres yang berlebihan. Hal ini meringkai kelelahan mental sebagai pengalaman yang wajar dan dekat dengan kehidupan sehari-hari.

Pada struktur skrip, unsur *who* diarahkan pada perempuan sebagai audiens utama konten. Unsur *what* berupa penyampaian pesan validasi terhadap kelelahan mental sekaligus penguatan untuk tetap bertahan. Unsur *when* muncul pada kondisi individu yang sedang berada dalam situasi lelah secara emosional, sedangkan unsur *where* direpresentasikan melalui ruang digital Instagram sebagai medium penyampaian pesan. Unsur *why* ditunjukkan melalui upaya menormalisasi kelelahan mental sebagai pengalaman yang dapat dialami siapa saja dan tidak perlu disembunyikan. Adapun unsur *how* disampaikan melalui penggunaan pernyataan empatik, pola repetisi kalimat, serta visualisasi pengalaman emosional sehari-hari.

Pada struktur tematik, tema utama konten adalah kesehatan mental perempuan dalam konteks ketahanan emosional. Subtema yang muncul meliputi dialog batin, keinginan untuk menghindari, serta proses penundaan reaksi emosional. Pesan yang disampaikan konsisten antara teks, visual, dan caption, yaitu bahwa perempuan diperbolehkan merasa lelah tanpa harus langsung menyerah. Penggunaan hashtag seperti #RahasiaGadis, #TheVoiceOfNextGenWomen, #Quotes, dan #DailyReminder memperkuat identitas akun serta mengaitkan konten dengan isu refleksi diri dan pengalaman emosional perempuan.

Dari sisi struktur retorik, pemilihan kata menggunakan bahasa informal dan langsung dengan kata ganti orang pertama untuk membangun kesan dialog batin yang intim. Dalam caption, penggunaan sapaan akrab seperti “beb”, “capek banget”, dan “kamu hebat banget” menciptakan suasana hangat, aman, dan tidak menghakimi. Simbol visual berupa ilustrasi perempuan dalam aktivitas ringan, seperti duduk dan diam, merepresentasikan pergulatan batin tanpa dramatisasi berlebihan. Dominasi warna pastel seperti hijau, pink, dan krem, serta tipografi yang seragam pada tiap slide, mendukung kesan lembut dan menenangkan. Strategi atensi dibangun melalui repetisi kalimat yang memicu kedekatan emosional, kemudian diimbangi dengan frasa penutup yang menggeser makna dari keluhan menjadi refleksi, sehingga memperkuat pesan bahwa ketahanan emosional dapat hadir melalui pilihan-pilihan kecil dalam menjalani hidup.

Bagian ini menyajikan hasil analisis terhadap konten inspiratif akun Instagram @rahasiagadis yang berkaitan dengan isu kesehatan mental perempuan. Analisis dilakukan menggunakan model framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki untuk melihat bagaimana pesan pemberdayaan perempuan dibingkai melalui struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik. Konten yang dianalisis mencakup refleksi pengelolaan emosi, kesadaran diri dalam relasi sosial, validasi kelelahan mental, serta keterkaitan kondisi psikologis dengan perilaku sehari-hari.

Berdasarkan hasil analisis Konten 2 (lihat Tabel 2), pada struktur sintaksis, konten disusun dalam beberapa slide dengan alur yang runtut dan bertahap. Slide pembuka menampilkan pernyataan utama mengenai upaya menghilangkan keegoisan pada diri sendiri, yang kemudian diikuti dengan penjelasan reflektif mengenai makna

sikap tersebut. Selanjutnya, konten memperkenalkan dua konsep utama, yaitu “Let Them” dan “Let Me”, yang disajikan secara terpisah untuk menjelaskan perbedaan antara membiarkan orang lain bertindak sesuai pilihannya dan mengatur respons diri sendiri. Rangkaian slide ditutup dengan pernyataan yang mengaitkan kedua konsep tersebut sebagai cara mencapai ketenangan emosional dalam relasi sosial. Alur ini menunjukkan pergerakan pesan dari pengenalan masalah, penjelasan konsep, hingga penarikan kesimpulan.

Tabel 2. Analisis Konten 2

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
	Urutan informasi dan alur narasi	Penyajian konten disusun dalam beberapa slide dengan alur penjelasan bertahap. Slide pembuka menampilkan kalimat “Menghilangkan keegoisan pada diri sendiri” sebagai pernyataan utama. Slide berikutnya berisi penjelasan makna keegoisan dalam bentuk kalimat reflektif. Selanjutnya, konten memperkenalkan dua konsep utama yaitu “Let Them” dan “Let Me” yang dijelaskan secara terpisah. Slide akhir berisi rangkuman hubungan kedua konsep tersebut dalam satu kalimat penutup. Alur bergerak dari pengenalan masalah, penjelasan konsep, hingga penarikan kesimpulan.
Sintaksis	Identifikasi tokoh	Tokoh tidak ditampilkan secara spesifik, melainkan melalui ilustrasi perempuan anonim tanpa identitas tertentu. Tokoh ditampilkan sebagai representasi umum perempuan dalam situasi reflektif.
	Interaksi teks dan visual	Teks menjadi elemen utama penyampai pesan pada setiap slide, seperti kalimatay “ <i>Menghilangkan keegoisan pada diri sendiri</i> ”, “ <i>Let them be happy in their own way</i> ”, dan “ <i>Let me be kind even when it’s hard</i> ”. Ilustrasi hanya berfungsi sebagai latar visual yang menyertai teks dan tidak menampilkan adegan peristiwa tertentu. Visual mendukung suasana reflektif, tetapi pesan utama tetap disampaikan melalui kalimat tertulis.
	Hubungan antar ide	Ide disusun secara runtut dari pembahasan keegoisan, kemudian diarahkan pada dua pendekatan sikap, yaitu membiarkan orang lain (“Let Them”) dan mengatur respons diri sendiri (“Let Me”), lalu diakhiri dengan kesimpulan bahwa keseimbangan keduanya dapat mengurangi sikap egois.
Skrip	Kelengkapan 5W+1H	<i>Who</i> : Perempuan sebagai audiens konten. <i>What</i> : Edukasi mengenai pengelolaan respon diri. <i>When</i> : Pada situasi ketika individu menghadapi konflik emosi atau relasi. <i>Where</i> : Ruang digital Instagram. <i>Why</i> : Untuk membimbing upaya pencapaian ketenangan mental dengan mengajak audiens merefleksikan sikap terhadap diri sendiri dan orang lain. <i>How</i> : Dengan memperkenalkan dan menjelaskan konsep “Let Them” dan “Let Me” sebagai strategi pengelolaan respons diri.
	Sudut pandang	Sudut pandang bersifat personal dan reflektif, seolah mengajak audiens berbicara dengan dirinya sendiri.
	Penekanan isu	Isu yang ditonjolkan adalah pengendalian respons diri dan pelepasan keinginan untuk mengatur orang lain sebagai bagian dari pengelolaan emosi.
	Tema utama	Pengelolaan emosi dan kesadaran diri dalam konteks kesehatan mental perempuan.
Tematik	Subtema	Refleksi diri, relasi sosial, dan batas kontrol terhadap orang lain.
	Konsistensi pesan	Pesan pada teks, caption, dan visual sama-sama menekankan ketenangan batin dan self-awareness.
	Hashtag	Penggunaan hashtag seperti #LetThemTheory dan #LetMeTheory digunakan untuk menegaskan topik refleksi diri yang sedang dibahas dalam konten..

Pesan moral	Audiens diajak untuk memahami batas kontrol terhadap orang lain dan lebih fokus pada pengelolaan sikap diri sendiri.
Pilihan kata	Penggunaan kata informal seperti “Beb” dan “it’s totally fine” dalam caption menciptakan kesan akrab dan menenangkan. Kemudian, penggunaan kalimat imperatif reflektif dalam konten seperti “ <i>Let them go if they want to</i> ” dan “ <i>Let me understand instead of reacting</i> ” berfungsi sebagai afirmasi internal yang mendorong audiens melakukan dialog batin, bukan menerima instruksi eksternal.
Simbol visual	Ilustrasi diawali dengan slide pertama yang menampilkan perempuan dalam posisi duduk, peregangan, dan aktivitas tenang tanpa latar tempat yang spesifik. Visual merepresentasikan kondisi ideal ketika individu berhenti mengontrol orang lain dan mulai berdamai dengan dirinya sendiri.
Retoris	
Warna dan tipografi	Konten menggunakan latar berwarna cream pastel dengan teks berwarna lebih gelap yang diletakkan di atas ilustrasi. Ukuran teks disesuaikan dengan panjang kalimat pada tiap slide, serta terdapat variasi jenis font pada bagian tertentu yang ditampilkan lebih dekoratif dibandingkan teks utama, sehingga membentuk penekanan visual dalam struktur desain konten.
Strategi atensi	Strategi atensi dibangun melalui penggunaan istilah singkat “Let Them” dan “Let Me” yang diulang pada beberapa slide sehingga mudah diingat oleh audiens.

Pada struktur skrip, unsur *who* membingkai perempuan sebagai audiens utama yang menghadapi dinamika emosional dalam hubungan sosial. Unsur *what* berupa edukasi mengenai pengelolaan respons diri, sementara unsur *when* muncul pada situasi konflik emosional atau relasi. Unsur *where* direpresentasikan melalui platform Instagram sebagai ruang digital penyampaian pesan. Unsur *why* ditunjukkan melalui tujuan konten untuk mendorong refleksi diri agar audiens mampu melepaskan keinginan mengontrol orang lain, sedangkan unsur *how* disampaikan melalui penjelasan konsep “*Let Them*” dan “*Let Me*” dalam bentuk kalimat reflektif. Sudut pandang yang digunakan bersifat personal dan suportif, tanpa menyalahkan audiens.

Pada struktur tematik, tema utama yang diangkat adalah pengelolaan emosi dan kesadaran diri dalam konteks kesehatan mental perempuan. Subtema yang muncul meliputi refleksi diri, relasi sosial, dan batas kontrol terhadap orang lain. Pesan disampaikan secara konsisten antara teks, visual, dan caption, yang sama-sama menekankan pentingnya ketenangan batin dan self-awareness. Penggunaan hashtag seperti #LetThemTheory dan #LetMeTheory turut memperkuat konteks refleksi diri yang menjadi fokus konten. Secara retorik, penekanan pesan dibangun melalui penggunaan kalimat pendek dan repetitif, serta istilah kunci yang diulang pada beberapa slide agar mudah diingat audiens. Ilustrasi perempuan anonim berfungsi sebagai pendukung visual tanpa mengalihkan perhatian dari pesan teks, sementara warna pastel dan tipografi yang konsisten menciptakan suasana tenang dan reflektif.

Selanjutnya, hasil analisis Konten 3 (lihat Tabel 6) menunjukkan bahwa pada struktur sintaksis, konten disajikan melalui rangkaian slide dengan urutan narasi yang jelas. Slide awal menampilkan pernyataan emosional singkat seperti “Sedih”, “Capek”, dan “Hancur” yang diikuti dengan frasa penjelas, sehingga berfungsi sebagai headline emosional. Slide berikutnya berisi penjelasan yang lebih panjang mengenai kondisi kelelahan mental dan kesulitan mengungkapkan perasaan. Pada bagian akhir, konten ditutup dengan ajakan untuk berhenti sejenak dan memperhatikan kondisi diri, yang dikaitkan dengan peringatan *World Mental Health Day*. Alur narasi bergerak dari pengenalan kondisi emosional, penjelasan makna kelelahan mental, hingga ajakan reflektif.

Tabel 3. Analisis Konten 3

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
Sintaksis	Urutan informasi dan alur narasi	Penyajian alur narasi dalam konten ini dibangun secara visual dan tekstual melalui rangkaian slide. Slide awal dibuka dengan pernyataan emosional singkat seperti “ <i>Sedih, tapi gak tau mau cerita ke siapa</i> ”, kemudian dilanjutkan dengan slide kedua “ <i>Capek, tapi gak tau kapan harus istirahat</i> ”, serta slide ketiga “ <i>Hancur, tapi gak tau cara menata ulang</i> ” yang berfungsi sebagai headline emosional. Kalimat-kalimat tersebut ditampilkan secara berurutan sebagai pembuka konten. Slide keempat berisi teks yang lebih panjang yang menjelaskan kondisi lelah

	dan sulitnya mengungkapkan perasaan. Pada bagian akhir, terdapat slide penutup yang dikaitkan dengan peringatan World Mental Health Day dan berisi ajakan untuk berhenti sejenak dan memperhatikan kondisi diri. Alur bergerak dari pengenalan kondisi, penjelasan, hingga ajakan.
Identifikasi tokoh	Tokoh yang ditampilkan berupa ilustrasi perempuan anonim dalam posisi duduk menyendiri, memeluk diri sendiri, dan menunjukkan ekspresi kelelahan emosional. Tokoh ini tidak merepresentasikan individu tertentu, melainkan simbol perempuan yang sedang mengalami beban mental. Anonimitas setiap tokoh memungkinkan audiens perempuan melakukan identifikasi diri secara personal terhadap pengalaman yang ditampilkan.
Interaksi teks dan visual	Teks pada setiap slide memiliki peran utama sebagai narasi visual. Kalimat pendek seperti “ <i>Sedih, tapi gak tau mau cerita ke siapa</i> ” dan “ <i>Capek, tapi gak tau kapan harus istirahat</i> ” dipadukan dengan ilustrasi perempuan yang memeluk diri sendiri dengan garis-garis abstrak di sekitar kepala. Garis-garis tersebut berfungsi sebagai simbol visual dari pikiran yang kusut dan tekanan mental, sementara gestur tubuh yang tertutup merepresentasikan kondisi menahan emosi. Teks dan visual saling melengkapi dalam membingkai kelelahan mental sebagai pengalaman yang nyata, personal, dan manusiawi.
Hubungan antar ide	Ide disusun secara runtut dari pernyataan kondisi emosi, dilanjutkan dengan penjelasan mengenai rasa lelah, lalu diakhiri dengan ajakan untuk mengakui kondisi diri dan berhenti sejenak.
Kelengkapan 5W+1H	<i>Who</i> : Perempuan yang mengalami kelelahan emosional dan mental <i>What</i> : Penyampaian pesan validasi kondisi tidak baik-baik saja dan ajakan untuk beristirahat. <i>When</i> : Saat individu berada dalam fase kelelahan mental yang dikontekstualisasikan melalui World Mental Health Day. <i>Where</i> : Ruang digital Instagram. <i>Why</i> : Untuk menormalisasi emosi negatif dan mengurangi stigma kelelahan mental. <i>How</i> : Melalui rangkaian kalimat reflektif pada slide dan caption.
Skrip	
Sudut pandang	Sudut pandang empatik dan suportif, menempatkan audiens sebagai individu yang sedang berjuang, bukan sebagai individu yang lemah atau gagal.
Penekanan isu	Penekanan diarahkan pada kelelahan mental yang sering tidak terlihat, hak untuk beristirahat, serta penghapusan tuntutan sosial agar perempuan selalu kuat.
Tema utama	Edukasi kesehatan mental berbasis pemberdayaan emosional perempuan.
Subtema	Kelelahan mental, emosi terpendam, self-compassion, dan hak untuk beristirahat.
Tematik	
Konsistensi pesan	Pesan pada teks slide, ilustrasi, dan caption sama-sama membahas kondisi lelah dan ajakan memperhatikan diri.
Hashtag	Penggunaan hashtag seperti #RahasiaGadis, #TheVoiceOfNextGenWomen, dan #WorldMentalHealthDay juga memperkuat konteks isu yang dibahas.
Pesan moral	Pesan bersifat persuasif, yaitu mengajak perempuan untuk berhak merasa lelah, berhak tidak baik-baik saja, dan berhak berhenti sejenak tanpa rasa bersalah.

Retoris	Pilihan kata	Terdapat penggunaa bahasa informal sapaan sehari-hari, seperti “beb” dan “gapapa kok”.
		Kemudian, terdapat penggunaan kata-kata singkat dan emosional seperti “ <i>Sedih</i> ”, “ <i>Capek</i> ”, dan “ <i>Hancur</i> ”.
	Simbol visual	Ilustrasi menampilkan perempuan dengan posisi memeluk tubuh, menunduk, serta elemen garis di sekitar kepala sebagai bagian dari desain gambar.
	Warna dan tipografi	Latar menggunakan warna cream pastel dengan teks berwarna lebih gelap agar terbaca di atas ilustrasi. Ukuran seragam menyesuaikan panjang kalimat pada setiap slide.
	Strategi atensi	Perhatian dibangun melalui penggunaan kalimat sangat singkat di awal slide dan pengulangan pola kalimat pada beberapa slide.

Pada struktur skrip, unsur *who* membingkai perempuan sebagai individu yang sedang mengalami kelelahan emosional. Unsur *what* berupa validasi terhadap kondisi tidak baik-baik saja dan ajakan untuk beristirahat, sementara unsur *when* dikontekstualisasikan melalui momentum peringatan kesehatan mental. Unsur *where* direpresentasikan melalui ruang digital Instagram, dan unsur *why* ditunjukkan melalui upaya menormalisasi emosi negatif serta mengurangi stigma terhadap kelelahan mental. Unsur *how* disampaikan melalui rangkaian kalimat reflektif pada slide dan caption dengan gaya bahasa empatik. Sudut pandang yang digunakan menempatkan audiens sebagai individu yang sedang berjuang, bukan sebagai pihak yang gagal.

Pada struktur tematik, tema utama konten adalah kesehatan mental perempuan dengan fokus pada kelelahan emosional. Subtema yang muncul meliputi emosi terpendam, *self-compassion*, dan hak untuk beristirahat. Konsistensi pesan terlihat dari keselarasan antara teks, ilustrasi, dan caption yang sama-sama menekankan pentingnya pengakuan terhadap kondisi diri. Secara retorik, penekanan pesan dibangun melalui penggunaan kata-kata singkat dan emosional pada bagian awal slide, serta ilustrasi perempuan dengan gestur tubuh tertutup sebagai simbol tekanan mental. Warna pastel dan tipografi yang seragam mendukung keterbacaan teks, sementara strategi atensi dibangun melalui pola kalimat yang diulang sehingga pesan mudah diingat.

Adapun hasil analisis Konten 4 (lihat Tabel 4) menunjukkan bahwa pada struktur sintaksis, konten disusun dalam alur bertahap yang dimulai dari pengenalan masalah berupa kebiasaan belanja impulsif saat suasana hati tidak baik. Slide awal memperkenalkan perilaku tersebut sebagai respons terhadap kondisi emosional, kemudian diikuti dengan penjelasan bahwa keadaan mental dapat memengaruhi pengambilan keputusan finansial. Pada bagian akhir, konten diarahkan pada ajakan untuk menenangkan diri dan mulai mengelola keuangan secara perlahan, yang ditutup dengan pengenalan aplikasi investasi sebagai bentuk solusi. Alur ini menunjukkan pergerakan pesan dari masalah, penjelasan penyebab, hingga penawaran solusi.

Tabel 4. Analisis Konten 4

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
	Urutan informasi dan alur narasi	Penyajian konten diawali dengan pernyataan yang menggambarkan kebiasaan belanja saat suasana hati tidak baik. Slide awal memperkenalkan masalah berupa perilaku belanja impulsif ketika sedang bad mood. Slide berikutnya menjelaskan bahwa kondisi mental dapat memengaruhi cara seseorang mengambil keputusan, termasuk dalam hal keuangan. Pada bagian akhir, konten mengarahkan audiens pada ajakan untuk menenangkan diri dan mulai mengelola keuangan secara bertahap, yang ditutup dengan pengenalan aplikasi Trima+ sebagai sarana investasi. Alur bergerak dari pengenalan masalah, penjelasan penyebab, hingga penawaran solusi.
Sintaksis	Identifikasi tokoh	Tokoh direpresentasikan sebagai perempuan muda dengan perilaku belanja impulsif. Tokoh tidak digambarkan dengan identitas khusus dan berfungsi sebagai representasi umum audiens perempuan yang mengalami kebiasaan belanja impulsif.
	Interaksi teks dan visual	Teks pada slide menjelaskan hubungan antara kondisi emosional dan kebiasaan belanja, sementara visual menampilkan aktivitas belanja, penggunaan laptop, serta tampilan aplikasi Trima+. Visual mengikuti isi pesan pada teks, terutama pada bagian akhir ketika solusi diarahkan pada penggunaan aplikasi investasi.

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
	Hubungan antar ide	Ide disusun secara runtut, dimulai dari kebiasaan belanja saat bad mood, dilanjutkan dengan penjelasan bahwa kondisi mental memengaruhi keputusan finansial, lalu diarahkan pada ajakan mengelola keuangan melalui investasi.
	Kelengkapan 5W+1H	<p><i>Who:</i> Perempuan yang mengalami stres emosional.</p> <p><i>What:</i> Belanja impulsif akibat kondisi mental</p> <p><i>When:</i> Saat bad mood atau kelelahan mental.</p> <p><i>Where:</i> Ruang digital Instagram.</p> <p><i>Why:</i> Kondisi emosional mempengaruhi keputusan finansial.</p> <p><i>How:</i> Melalui rangkaian pesan menjaga kesehatan mental dengan belajar mengelola keuangan secara bertahap.</p>
Skrip	Sudut pandang	Sudut pandang persuasif dan edukatif dengan gaya bahasa yang tidak menyalahkan audiens.
	Penekanan isu	Penekanan diberikan pada keterkaitan antara kondisi mental dan perilaku finansial, khususnya kebiasaan belanja impulsif.
	Tema utama	Kesehatan mental perempuan dalam kaitannya dengan pengelolaan keuangan.
	Subtema	Belanja impulsif, regulasi emosi, dan investasi sebagai bentuk perencanaan finansial.
	Konsistensi pesan	Pesan pada slide, ilustrasi, dan caption sama-sama mengaitkan kondisi emosional dengan keputusan keuangan serta mengarahkan pada solusi pengelolaan finansial.
Tematik	Hashtag	Hashtag seperti #RahasiaGadis, #TheVoiceOfNextGenWomen, dan #WorldMentalHealthDay digunakan untuk mengaitkan konten dengan isu kesehatan mental meskipun terdapat unsur promosi aplikasi.
	Pesan moral	Pesan bersifat edukatif terkait mengelola kondisi emosi membantu individu membuat keputusan finansial yang lebih terencana.
	Pilihan kata	Pilihan Kata-kata dalam caption seperti “beb”, “pelan-pelan”, dan “slowly but surely” yang ditujukan langsung pada audiens menciptakan kesan suportif.
	Simbol visual	Visual menampilkan aktivitas belanja, penggunaan laptop, membaca, serta tampilan aplikasi investasi sebagai bagian dari alur cerita dari masalah menuju solusi.
Retoris	Warna dan tipografi	Latar menggunakan kombinasi warna pastel seperti kuning dan pink dengan tambahan elemen latar berbentuk simbol-simbol sederhana yang menyerupai suasana ruang atau interior. Warna latar tidak polos, tetapi diisi dengan pola dan objek visual sebagai bagian dari ilustrasi. Teks ditampilkan dengan warna yang lebih gelap dibanding latar agar tetap terbaca. Ukuran dan jenis huruf disesuaikan dengan panjang kalimat pada setiap slide.
	Strategi atensi	Perhatian audiens dibangun dengan mengangkat kebiasaan belanja saat bad mood sebagai topik awal sebelum diarahkan pada pesan pengelolaan keuangan dan promosi aplikasi.

Pada struktur skrip, unsur who membingkai perempuan sebagai audiens utama yang mengalami stres emosional, unsur what berupa perilaku belanja impulsif, dan unsur when muncul pada kondisi bad mood atau kelelahan mental. Unsur where direpresentasikan melalui Instagram sebagai media penyampaian pesan, sementara unsur

why ditunjukkan melalui penekanan bahwa kondisi emosional memengaruhi keputusan finansial. Unsur how disampaikan melalui narasi reflektif yang diarahkan pada ajakan mengelola keuangan secara bertahap. Sudut pandang yang digunakan bersifat persuasif-edukatif dan tidak menghakimi audiens.

Pada struktur tematik, tema utama yang diangkat adalah keterkaitan antara kesehatan mental perempuan dan pengelolaan keuangan. Subtema meliputi belanja impulsif, regulasi emosi, dan investasi sebagai bentuk perencanaan finansial. Pesan disampaikan secara konsisten antara teks, visual, dan caption, meskipun konten mengandung unsur promosi. Secara retorik, penggunaan bahasa akrab dalam caption, ilustrasi aktivitas belanja hingga investasi, serta warna pastel dengan elemen visual dekoratif membangun alur cerita dari masalah menuju solusi. Strategi atensi dibangun dengan mengangkat pengalaman sehari-hari yang dekat dengan audiens sebelum diarahkan pada pesan pengelolaan emosi dan keuangan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa Konten 5 yang mengangkat konsep *Bamboo Effect* mbingkai pengalaman stagnasi sebagai bagian wajar dari proses pertumbuhan personal perempuan. Konten ini tidak menempatkan kondisi “stuck” sebagai kegagalan, melainkan sebagai fase pertumbuhan yang belum terlihat secara kasatmata. Strategi framing yang digunakan cenderung reflektif, afirmatif, dan suportif, sehingga audiens diarahkan untuk memaknai ulang tekanan sosial akibat perbandingan dengan orang lain.

Secara sintaksis, konten disusun dalam alur narasi bertahap yang dimulai dari pengenalan masalah, yaitu perasaan stagnan dan tertinggal, kemudian dilanjutkan dengan pemaknaan kondisi melalui konsep *Bamboo Effect*, dan ditutup dengan penguatan psikologis berupa ajakan untuk menghentikan perbandingan sosial. Alur ini memperlihatkan pergerakan pesan dari pengakuan emosi negatif menuju pembingkai ulang kondisi tersebut sebagai bagian dari proses pertumbuhan personal.

Pada struktur skrip, unsur *who* diarahkan pada perempuan muda yang mengalami persepsi stagnasi dalam kehidupan, sementara unsur *what* diwujudkan melalui edukasi konsep *Bamboo Effect*. Unsur *when* muncul pada fase kehidupan ketika individu merasa tertinggal dibandingkan lingkungan sosialnya, dan unsur *where* direpresentasikan melalui platform Instagram sebagai ruang refleksi digital. Unsur *why* menekankan upaya mereduksi kecemasan dan tekanan psikologis akibat *social comparison*, sedangkan unsur *how* disampaikan melalui narasi reflektif, metafora pertumbuhan, serta pesan afirmatif yang menekankan kepercayaan pada proses personal.

Secara tematik, konten ini mengangkat tema penguatan psikologis dan penerimaan diri perempuan. Subtema yang muncul meliputi kesabaran, kepercayaan terhadap proses, dan pelepasan tekanan sosial. Konsistensi pesan terlihat dari keselarasan antara teks, ilustrasi visual, dan caption yang sama-sama menekankan bahwa pertumbuhan tidak selalu harus terlihat secara eksternal.

Pada struktur retorik, penggunaan bahasa afirmatif seperti “bukan berarti kamu gagal” dan metafora “grow in silence” berfungsi mereduksi kecemasan audiens. Sapaan informal seperti “beb” menciptakan kesan kedekatan emosional. Visual alam hijau berupa pepohonan dan lanskap alami berperan sebagai simbol pertumbuhan yang berlangsung secara natural dan bertahap. Dominasi warna hijau dan *earthy tone* memperkuat kesan tenang dan reflektif, sementara istilah populer “Bamboo Effect” digunakan sebagai strategi atensi untuk menarik rasa ingin tahu audiens sekaligus mempermudah pemahaman pesan.

Tabel 5. Analisis Konten 5

Struktur	Perangkat Framing	Hasil Analisis
Sintaksis	Urutan informasi dan alur narasi	Konten diawali dengan pernyataan “Bamboo Effect: Saat Kamu Merasa Semua Progress Stuck” sebagai penanda kondisi stagnasi audiens. Slide berikutnya mengajak refleksi personal terkait rasa takut dan perasaan tertinggal. Selanjutnya, konten menjelaskan konsep <i>Bamboo Effect</i> sebagai fase pertumbuhan yang belum terlihat, disertai penegasan makna <i>grow in silence</i> . Slide penutup berisi ajakan untuk menghentikan perbandingan sosial dan mempercayai proses personal.
	Identifikasi tokoh	Tokoh direpresentasikan melalui ilustrasi perempuan anonim yang sedang merenung di lingkungan alam bambu. Tokoh berfungsi sebagai representasi umum audiens perempuan yang berada dalam fase pertumbuhan internal.
	Interaksi teks dan visual	Teks reflektif dipadukan dengan visual alam hijau dan gestur tubuh yang tenang. Visual alam memperkuat metafora pertumbuhan bertahap, sementara teks menegaskan kondisi psikologis audiens.
	Hubungan antar ide	Ide bergerak dari pengakuan rasa tertinggal, pemaknaan stagnasi melalui <i>Bamboo Effect</i> , hingga ajakan menghentikan perbandingan sosial.
Skrip	Kelengkapan 5W+1H	Who: Perempuan muda yang merasa progres hidup stagnan. What: Edukasi konsep <i>Bamboo Effect</i> . When: Saat merasa tertinggal secara sosial. Where: Instagram. Why: Mereduksi tekanan psikologis akibat perbandingan sosial. How: Narasi reflektif dan metafora pertumbuhan.
	Sudut pandang	Empatik dan suportif, menempatkan audiens sebagai individu yang sedang bertumbuh.
	Penekanan isu	Tekanan psikologis akibat <i>social comparison</i> dan miskonsepsi tentang progres yang harus selalu terlihat.

Tematik	Tema utama	Penguatan psikologis dan penerimaan diri perempuan.
	Subtema	Proses bertumbuh, kesabaran, kepercayaan diri, dan pelepasan tekanan sosial.
	Konsistensi pesan	Teks, visual, dan caption konsisten menekankan nilai proses personal.
	Hashtag	#RahasiaGadis, #DailyReminder, #BambooEffect.
	Pesan moral	Tidak semua progres harus terlihat; pertumbuhan yang sunyi tetap bermakna.
Retoris	Pilihan kata	Bahasa afirmatif dan sapaan informal untuk membangun kedekatan emosional.
	Simbol visual	Alam hijau sebagai simbol pertumbuhan alami dan bertahap.
	Warna dan tipografi	Dominasi hijau dan <i>earthy tone</i> dengan font sederhana menyatu dengan visual alam.
	Strategi atensi	Penggunaan istilah populer <i>Bamboo Effect</i> sebagai metafora universal yang mudah diingat.

Gambaran Konten Inspiratif pada Instagram @rahasiagadis terkait Isu Kesehatan Mental Perempuan Berdasarkan Hasil Wawancara Informan

Berdasarkan hasil wawancara bersama para informan, konten inspiratif yang disajikan oleh akun Instagram @rahasiagadis dipahami sebagai konten yang berfokus pada isu kesehatan mental perempuan serta pemberdayaan diri. Konten-konten tersebut tidak hanya berfungsi sebagai media informasi, tetapi juga sebagai ruang aman (safe space) bagi perempuan untuk memahami, memvalidasi, dan merawat kondisi mentalnya. Hal ini tercermin dari tujuan utama akun @rahasiagadis yang dinilai konsisten menyuarakan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental perempuan.

Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, menyampaikan bahwa tujuan utama konten @rahasiagadis adalah untuk meningkatkan kesadaran perempuan terhadap kesehatan mental serta membantu perempuan mengenali nilai dan potensi dirinya.

“Untuk tujuan utama dari konten Rahasia Gadis itu tentu aja untuk menyebarkan awareness atau kesadaran kepada perempuan-perempuan khususnya yang ada di Indonesia untuk bisa lebih kayak percaya diri, habis itu menemukan dirinya sendiri sama lebih aware sama isu kesehatan mental.”

Pandangan serupa juga disampaikan dalam hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, yang menilai bahwa konten @rahasiagadis berperan sebagai media edukasi bagi perempuan muda agar lebih peduli terhadap kesehatan mental dan pengembangan diri.

“Untuk tujuan utama dari konten Instagram yang di buat oleh @rahasiagadis yaitu adalah untuk mengedukasi perempuan muda khususnya para gadis untuk lebih aware tentang kesehatan mental mereka, pengembangan diri, dan kecantikan luar dan dalam mereka.”

Dari sisi audiens, konten inspiratif @rahasiagadis dipersepsikan sebagai konten yang membantu secara emosional dan memberikan rasa ditemani. Hasil wawancara bersama informan Meisya Puspita (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menyampaikan pengalamannya sebagai pengikut akun tersebut, khususnya terkait konten kesehatan mental yang disediakan, menunjukkan bahwa konten inspiratif yang disajikan tidak berhenti pada penyampaian pesan visual atau teks, tetapi juga diikuti dengan fasilitas pendukung yang berkontribusi langsung pada kesehatan mental perempuan.

“Membantu banget! bahkan aku pernah konsultasi psikolog tahun 2023 kemarin dari @rahasiagadis sangat membantu banget buat aku yang sangat rentan stress ini.”

Beberapa informan lainnya menilai bahwa konten @rahasiagadis mampu memvalidasi perasaan perempuan dan memberikan penguatan emosional. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, mengungkapkan bahwa pesan yang disampaikan melalui konten tersebut terasa menenangkan dan relevan dengan kondisi perempuan sehari-hari.

“Pesan utamanya adalah bahwa perempuan berhak merasa, berhak istirahat, dan tidak harus selalu kuat. Kontennya menekankan pentingnya memahami diri sendiri, menjaga batas, dan merawat kesehatan mental tanpa rasa bersalah.”

Pendapat tersebut diperkuat oleh hasil wawancara bersama informan Lovi Salma (22 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, yang menilai bahwa konten inspiratif @rahasiagadis menghadirkan validasi atas perasaan perempuan serta memberikan solusi yang mudah dipahami.

“Poinnya adalah, aku suka bagaimana mereka memvalidasi setiap perasaan yg seseorang alami dan ngasih solusi step by step bagaimana cara melewati itu. Jadi sebagai audiens merasa ‘didengarkan’.”

Selain aspek pesan, tampilan visual juga menjadi bagian penting dalam gambaran konten inspiratif @rahasiagadis. Para informan menilai penggunaan warna pastel, ilustrasi lembut, dan gaya bahasa yang ringan mampu menciptakan rasa aman dan nyaman bagi audiens perempuan. Seperti hasil wawancara bersama informan Dewi Asri Saroja (18 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis.

“Mudah sekali dipahami, bahkan ga jarang juga desain kontennya aesthetic dan seakan kasih makna khusus dari topik konten yang dibawa.”

Pandangan serupa juga disampaikan dalam hasil wawancara bersama informan Nadia Setina yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, juga menilai bahwa desain visual yang estetik mendukung pesan kesehatan mental yang disampaikan:

“Konten yang relevan, info menarik, dan desain grafis yang cantik dan estetik.”

Tidak hanya sebagai media edukasi, konten inspiratif @rahasiagadis juga dipersepsikan sebagai bentuk dukungan sosial bagi perempuan. Hasil wawancara bersama informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti (28 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menyebutkan bahwa akun ini menjadi wadah dukungan perempuan dalam bentuk yang ringan dan mudah diterima:

“Semacam nemu wadah women support women dalam bentuk yang ringan untuk diterima.”

Berdasarkan seluruh pendapat para informan, dapat disimpulkan bahwa konten inspiratif Instagram @rahasiagadis dalam isu kesehatan mental perempuan dipahami sebagai media yang berfungsi memberikan edukasi, validasi emosional, serta dukungan psikologis bagi perempuan. Konten-konten tersebut menggambarkan perempuan sebagai individu yang berhak memahami perasaannya, merawat kesehatan mentalnya, dan mengembangkan potensi diri tanpa tekanan sosial. Melalui penyajian pesan yang ringan, visual yang menenangkan, serta pendekatan yang suportif, @rahasiagadis membangun citra sebagai ruang aman dan support system bagi perempuan dalam menghadapi berbagai isu kesehatan mental.

Struktur Sintaksis

Berdasarkan hasil wawancara bersama informan, struktur sintaksis dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis ditunjukkan melalui cara penyusunan pesan yang terstruktur, sistematis, dan dekat dengan pengalaman perempuan. Sintaksis dalam konteks ini merujuk pada bagaimana konten disusun mulai dari pemilihan isu, urutan penyampaian informasi, hingga keterlibatan audiens dalam proses pembentukan pesan. Konten @rahasiagadis tidak disajikan secara satu arah, melainkan melibatkan audiens perempuan sebagai bagian dari proses komunikasi.

Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, menjelaskan bahwa dalam penyusunan konten, @rahasiagadis secara aktif melibatkan audiens perempuan melalui fitur Instagram, seperti polling story, sebagai tahap awal pembentukan ide konten. Struktur awal konten dimulai dari kebutuhan dan suara audiens, sehingga pesan yang disampaikan tidak berdiri secara sepihak. Setelah isu dipilih, konten kemudian disusun berdasarkan relevansi dengan kehidupan perempuan, khususnya terkait isu kesehatan mental.

“Untuk pemilihan konten @rahasiagadis sendiri itu biasanya tuh mereka sesuaikan sama biasanya kan di Instagramnya tuh ada yang namanya kayak polling story gitu. Nah, dari polling story itu @rahasiagadis kayak ngajak audiens cewek untuk bisa kayak milih dari polling story... Nah, dari pollingnya itu bakal tercipta yang namanya ide konten.”

Tak hanya itu, hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis juga menambahkan bahwa isu yang diangkat berasal dari peristiwa nyata yang dialami perempuan.

“Biasanya konten @rahasiagadis diambil dari isu-isu yang benar-benar relevan sama kehidupan perempuan khususnya di Indonesia. Kayak misalnya nih ada berita tentang kayak misalnya ada beberapa perempuan yang di mana dia tuh kayak mengalami isu krisis mental. Terus karena dia mengalami isu krisis mental sampai akhirnya dia tuh kayak mengalami anxiety disorder atau dia kayak mengalami gangguan depresi. Jadi dari itu tuh tercipta juga konten.”

Selanjutnya, hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, kembali menegaskan bahwa selain polling, struktur sintaksis konten juga dibangun melalui alur cerita yang berasal dari pengalaman personal perempuan, yang memperlihatkan bahwa pesan disusun dengan pola pengenalan masalah, validasi perasaan, dan penegasan bahwa perempuan tidak sendirian dalam menghadapi isu kesehatan mental. Urutan tersebut membangun kedekatan emosional antara konten dan audiens. Hal ini terlihat dari pemanfaatan confession room sebagai sumber narasi.

“Biasanya juga konten @rahasiagadis diambil dari dari curhatan gadis-gadis yang dia tuh curhat di confession room. Kan ada tuh di website @rahasiagadis tuh ada namanya confession room. Nah, gadis-gadis itu dia bisa curhat di sana kayak misalnya dia mau mengalami masalah apa segala macam. Nah, dari isu-isu ini terkadang itu bisa dibuat konten karena kayak dari konten itu kayak banyak nih perempuan yang ngerasa relate dengan kehidupan perempuan lainnya. Jadi kayak perempuan tu tahu, “Oh, you are not alone to face this gitu.”

Hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, juga menegaskan bahwa struktur penyampaian konten @rahasiagadis menyesuaikan dengan kebutuhan perempuan pada momen tertentu, seperti peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia, sehingga dilihat secara sintaksis, konten disusun mengikuti momentum tertentu, sehingga pesan kesehatan mental disampaikan secara kontekstual dan relevan dengan kondisi sosial yang sedang berlangsung.

“Rahasia gadis memilih tema atau topik pastinya sesuai dengan kebutuhan perempuan saat ini... Rahasia gadis juga pernah mengajak agen rahasia pada peringatan hari kesehatan mental sedunia dengan membuat hashtag #KamuBerharga sebagai kegiatan untuk mendukung seluruh perempuan muda dari latar belakang yang berbeda-beda.”

Disisi lain, dari sudut pandang audiens, struktur konten yang disusun secara ringan dan bertahap membuat pesan mudah dipahami. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menyampaikan bahwa konten @rahasiagadis disajikan dengan alur yang menenangkan:

“Kontennya relevan dengan keseharian perempuan dan sering membahas isu kesehatan mental dengan cara yang ringan, positif, dan mudah dipahami”

Sementara itu, hasil wawancara bersama informan Asalia Rizky Putri (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menilai bahwa penyusunan konten yang sederhana, khususnya pada bagian pinned post, membantu audiens menangkap pesan-pesan yang disampaikan secara sederhana, yang menunjukkan bahwa memperlihatkan bahwa struktur konten disusun dengan mempertimbangkan keterbatasan atensi audiens media sosial, sehingga pesan inti tetap dapat tersampaikan.

“Aku suka sama bagian yang di-pinned. Tentang hal-hal sederhana.”

Berdasarkan seluruh pendapat para informan, dapat disimpulkan bahwa struktur sintaksis konten inspiratif Instagram @rahasiagadis disusun secara partisipatif, kontekstual, dan berorientasi pada kebutuhan perempuan. Penyusunan konten dimulai dari pemilihan isu yang melibatkan audiens, dilanjutkan dengan pengangkatan pengalaman nyata perempuan, serta disajikan melalui alur yang ringan dan mudah dipahami. Struktur ini membangun kedekatan emosional dengan audiens dan memperkuat representasi pemberdayaan perempuan melalui isu kesehatan mental.

Struktur Skrip

Berdasarkan hasil wawancara bersama para informan yang merupakan pengelola komunitas serta pengikut akun Instagram @rahasiagadis, dapat dipahami bahwa skrip atau alur penceritaan dalam konten inspiratif @rahasiagadis disusun secara naratif dan komunikatif dengan memperhatikan kelengkapan unsur 5W+1H. Skrip konten tidak hanya berfungsi sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai medium yang membangun kedekatan emosional antara akun dengan audiens perempuan.

Dari sisi what, konten inspiratif @rahasiagadis secara konsisten mengangkat isu kesehatan mental perempuan, seperti stres, overthinking, krisis kepercayaan diri, self-care, serta proses penerimaan diri. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis menyatakan bahwa isu-isu tersebut ditampilkan dalam konten sebagai pengalaman yang dekat dengan keseharian perempuan, bukan sebagai masalah medis yang berat atau menakutkan.

“Kontennya relevan dengan keseharian perempuan dan sering membahas isu kesehatan mental dengan cara yang ringan, positif, dan mudah dipahami.”

Selaras dengan pernyataan tersebut, hasil wawancara bersama informan Lovi Salma (22 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, juga menegaskan bahwa konten kesehatan mental yang dihadirkan @rahasiagadis terasa dekat karena membahas perasaan yang sering dialami perempuan, yang mana narasi konten memposisikan kesehatan mental sebagai bagian dari realitas hidup perempuan sehari-hari.

“Aku sering nemu kontennya yang menurutku relatable dengan kasus atau perasaan yang perempuan sering alami sekarang ini.”

Dari sisi who, perempuan diposisikan sebagai subjek utama dalam skrip konten, hasil wawancara bersama informan Dewi Asri Saroja (18 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis berpendapat bahwa dalam konten yang disajikan perempuan tidak digambarkan sebagai individu yang pasif atau lemah, melainkan sebagai individu yang sedang berproses mengenali diri dan menguatkan diri secara emosional.

“Pesan bahwa perempuan, khususnya saya itu punya banyak fase dalam mengenali diri dan itu normal, gaapa, asal tetap belajar.”

Selain itu, hasil wawancara bersama informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti (28 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis berpendapat bahwa, skrip konten juga membangun sudut pandang women support women, di mana perempuan diposisikan saling mendukung satu sama lain. Sudut pandang ini menunjukkan bahwa skrip konten @rahasiagadis tidak menempatkan perempuan sebagai objek nasihat sepihak, melainkan sebagai komunitas yang saling menguatkan.

“Semacam nemu wadah women support women dalam bentuk yang ringan untuk diterima.”

Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis Dari menyatakan bahwa dari sisi why, skrip konten @rahasiagadis menekankan alasan pentingnya membahas kesehatan mental perempuan, yaitu masih kuatnya stigma negatif terhadap isu kesehatan mental serta kurangnya ruang aman bagi perempuan untuk mengekspresikan perasaannya. Sehingga, skrip konten dibangun untuk menormalisasi pembicaraan mengenai kesehatan mental sekaligus meningkatkan kesadaran perempuan akan nilai dan kebutuhan emosional dirinya.

“Banyak banget ya anggapan bahwa isu kesehatan mental tuh kayak masih dianggap stigma negatif. Padahal kan kalau kita enggak kayak aware sama isu kesehatan mental itu, kita enggak akan pernah tahu tentang diri kita. Kalau misalnya kita enggak tahu nih tentang diri kita, kita juga enggak akan bisa ngejar apa yang kita impikan.”

Dari sisi how, skrip konten disampaikan melalui bahasa yang ringan, reflektif, dan empatik. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis berpendapat bahwa penyampaian pesan tidak bersifat menggurui, tetapi lebih menyerupai pengingat atau ajakan untuk berhenti sejenak dan memahami diri sendiri.

“Beberapa konten terasa relatable dan bisa membantu menenangkan pikiran ketika lagi capek atau kewalahan. Rasanya seperti diingatkan bahwa apa yang saya rasakan itu wajar dan tidak sendirian.”

Selain itu, hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis yang menjelaskan terkait ide konten yang berasal dari polling, isu aktual, serta confession room, maka dari itu skrip konten juga sering disusun berdasarkan pengalaman nyata perempuan, baik dari curhatan audiens maupun pengalaman personal.

“Dari isu-isu ini terkadang itu bisa dibuat konten karena kayak dari konten itu kayak banyak nih perempuan yang ngerasa relate dengan kehidupan perempuan lainnya.”

Sementara itu, hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis juga menegaskan bahwa penekanan utama dalam skrip konten @rahasiagadis terletak pada validasi perasaan, penerimaan diri, dan penguatan mental perempuan. Konten tidak menuntut perempuan untuk selalu kuat, melainkan memberikan ruang untuk merasa lelah dan tidak sempurna.

“Pesan utamanya adalah bahwa perempuan berhak merasa, berhak istirahat, dan tidak harus selalu kuat.”

Namun, hasil wawancara bersama informan Asalia Rizky Putri (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, berpendapat bahwa tidak semua audiens merasakan dampak yang sama. Di mana pengaruh konten sangat bergantung pada kondisi individu. meskipun skrip konten dirancang untuk mendukung kesehatan mental, penerimaan pesan tetap dipengaruhi oleh konteks personal audiens

“Kalau termotivasi sih iya. Kalau terbantu, belum tentu sih ya.”

Hal yang sama juga dinyatakan dalam hasil wawancara bersama informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti (28 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, bahwa terdapat pandangan yang berbeda terkait keterhubungan skrip konten dengan fase kehidupannya saat ini, di mana konten @rahasiagadis lebih kuat menjangkau perempuan pada fase tertentu, khususnya perempuan muda yang sedang berada dalam proses pencarian jati diri dan penguatan mental.

“Tapi sekarang aku sudah jarang engaged sama akun @rahasiagadis, karena balik lagi... sudah nggak banyak relate buat aku sekarang.”

Berdasarkan seluruh pendapat para informan, dapat disimpulkan bahwa skrip dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis disusun dengan memperhatikan kelengkapan unsur 5W+1H, sudut pandang yang memposisikan perempuan sebagai subjek yang berdaya, serta penekanan isu pada validasi emosi dan kesadaran kesehatan mental. Skrip konten dibangun melalui narasi yang ringan, empatik, dan berbasis pengalaman nyata perempuan, sehingga mampu menghadirkan representasi pemberdayaan perempuan sebagai individu yang berhak memahami, menerima, dan merawat kesehatan mentalnya dalam proses pertumbuhan diri

Struktur Tematik

Berdasarkan hasil wawancara bersama informan, struktur tematik dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis menunjukkan adanya tema utama yang konsisten, yaitu isu kesehatan mental perempuan sebagai bagian dari upaya pemberdayaan perempuan. Tematik dalam analisis framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki merujuk pada bagaimana suatu isu dipilih, ditekankan, dan dikembangkan menjadi pesan utama yang berulang serta saling berkaitan dalam keseluruhan konten.

Dalam konteks ini, konten inspiratif @rahasiagadis tidak hanya menghadirkan informasi mengenai kesehatan mental, tetapi juga membincangkannya sebagai proses perempuan untuk mengenali diri, membangun kesadaran, serta memperkuat posisi perempuan sebagai individu yang berdaya.

Tema utama yang secara konsisten muncul dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis adalah kesehatan mental perempuan. Isu ini diposisikan sebagai fondasi penting bagi perempuan untuk dapat berkembang, mengenali nilai diri, dan menjalani peran sosialnya secara lebih sehat. Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis menyatakan bahwa tujuan utama konten @rahasiagadis adalah membangun kesadaran perempuan terhadap kesehatan mental dan dirinya sendiri.

“Untuk tujuan utama dari konten Rahasia Gadis itu tentu aja untuk menyebarkan awareness atau kesadaran kepada perempuan-perempuan khususnya yang ada di Indonesia untuk bisa lebih kayak percaya diri, habis itu menemukan dirinya sendiri sama lebih aware sama isu kesehatan mental.”

Tak hanya itu, hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang juga merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis berpendapat bahwa konten @rahasiagadis bertujuan mengedukasi perempuan muda agar lebih sadar terhadap kondisi mentalnya:

“Untuk tujuan utama dari konten Instagram yang di buat oleh Rahasia Gadis yaitu adalah untuk mengedukasi perempuan muda khususnya para gadis untuk lebih aware tentang kesehatan mental mereka, pengembangan diri, dan kecantikan luar dan dalam mereka.”

Disisi lain, dari sudut pandang audiens, tema utama dalam konten juga ditangkap secara jelas. Hasil wawancara bersama informan Meisya Puspita (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis menyampaikan bahwa pesan tentang pentingnya kesehatan mental perempuan sangat kuat dalam konten @rahasiagadis.

“Aku pikir perempuan sekarang lebih aware sama kesehatan mental, apalagi kemarin tuh world mental health day dan di tahun sekarang informasi amat sangat berkembang jadi aku yakin mental health is really matters.”

Selain tema utama kesehatan mental, konten inspiratif @rahasiagadis juga mengembangkan sejumlah subtema yang saling berkaitan, seperti kesadaran diri, validasi perasaan, self-care, dan proses bertumbuh sebagai perempuan. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis berpendapat bahwa subtema validasi perasaan terlihat kuat dari bagaimana konten menekankan bahwa perempuan berhak merasa dan tidak harus selalu kuat.

“Pesan utamanya adalah bahwa perempuan berhak merasa, berhak istirahat, dan tidak harus selalu kuat.”

Selanjutnya, hasil wawancara bersama informan Dewi Asri Saroja (18 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis berpendapat bahwa dalam konten yang disajikan subtema terkait proses bertumbuh sebagai perempuan juga muncul dari pengalaman audiens yang merasa didukung dalam fase kehidupannya, dengan menekankan proses jangka panjang perempuan dalam mengenali dan mengembangkan dirinya.

“Pesan bahwa perempuan, khususnya saya itu punya banyak fase dalam mengenali diri dan itu normal, gaapa, asal tetap belajar.”

Struktur tematik dalam konten @rahasiagadis juga ditandai oleh konsistensi pesan yang berulang, baik dari sisi isi maupun tujuan konten. Pesan mengenai kesehatan mental, self-care, dan pemberdayaan perempuan muncul secara berkelanjutan dan tidak bersifat insidental. Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis menjelaskan bahwa pemilihan tema konten dilakukan secara berkelanjutan berdasarkan kebutuhan perempuan dan isu yang relevan.

“Konten @rahasiagadis diambil dari isu-isu yang benar-benar relevan sama kehidupan perempuan khususnya di Indonesia.”

Konsistensi pesan ini juga dirasakan oleh audiens. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis juga menilai bahwa gaya penyampaian konten selalu ringan, positif, dan mudah dipahami, sehingga pesan inti tetap tersampaikan.

“Kontennya relevan dengan keseharian perempuan dan sering membahas isu kesehatan mental dengan cara yang ringan, positif, dan mudah dipahami.”

Namun, hasil wawancara bersama informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti (28 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis memberikan pandangan kritis bahwa konsistensi tema ini lebih relevan untuk perempuan pada fase usia tertentu.

“Tapi sekarang aku sudah jarang engaged sama akun @rahasiagadis... udah ga banyak relate buat aku sekarang.”

Sementara itu, dalam penggunaan hashtag juga berperan sebagai penegas tema dan alat penguatan pesan. Hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang juga merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis menyampaikan bahwa pada momentum tertentu, seperti Hari Kesehatan Mental Sedunia, @rahasiagadis menggunakan hashtag khusus untuk mempertegas pesan bahwa setiap perempuan memiliki nilai dan layak dihargai. Penggunaan hashtag ini tidak hanya berfungsi sebagai strategi media sosial, tetapi juga sebagai simbol pesan moral yang ingin ditanamkan kepada audiens.

“Rahasia Gadis juga pernah mengajak agen rahasia pada peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia dengan membuat hashtag #KamuBerharga sebagai kegiatan untuk mendukung seluruh perempuan muda dari latar belakang yang berbeda-beda..”

Kemudian, pesan moral yang secara konsisten dibangun dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis adalah bahwa perempuan tidak sendirian dalam menghadapi masalah mental dan berhak untuk berdaya. Pesan ini muncul dari berbagai pengalaman audiens. Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis.

“Rasanya seperti diingatkan bahwa apa yang saya rasakan itu wajar dan tidak sendirian.”

Selain itu, Hasil wawancara bersama informan Nadia Setina yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis juga menegaskan bahwa konten @rahasiagadis memberi ruang aman bagi perempuan.

“Dengan adanya konten ini, kita sebagai perempuan merasa aman, disupport, dan semakin yakin layak untuk dicintai tanpa syarat.”

Selain itu, hasil wawancara bersama informan Meisya Puspita (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis juga memperkuat pesan yang disampaikan dengan merasakan dampak nyata dari konten tersebut

““Yes absolutely! bahkan aku sempet ngikutin rahasia gadis community-nya di Bandung dan aku bisa lebih percaya diri sekarang.”

Berdasarkan seluruh pendapat para informan, dapat disimpulkan bahwa struktur tematik dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis dibangun melalui tema utama kesehatan mental perempuan yang dikembangkan ke dalam subtema kesadaran diri, validasi perasaan, self-care, dan proses bertumbuh. Tema dan pesan disampaikan

secara konsisten, diperkuat melalui penggunaan hashtag, serta diarahkan pada pesan moral bahwa perempuan berhak merasa, beristirahat, dan berdaya. Struktur tematik ini menegaskan representasi pemberdayaan perempuan dengan menempatkan kesehatan mental sebagai fondasi utama dalam membangun perempuan yang sadar diri, percaya diri, dan mampu menentukan arah hidupnya sendiri.

Struktur Retoris

Berdasarkan hasil wawancara bersama para informan yang merupakan pengikut serta bagian dari komunitas Rahasia Gadis, unsur retorik dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis tampak melalui penggunaan pilihan kata yang lembut, simbol visual yang merepresentasikan sisi feminim perempuan, pemilihan warna dan tipografi yang konsisten, serta strategi atensi yang dirancang untuk menarik perhatian sekaligus membangun kedekatan emosional dengan audiens perempuan. Unsur-unsur tersebut berperan penting dalam memperkuat pesan pemberdayaan perempuan yang dibingkai melalui isu kesehatan mental.

Hasil wawancara bersama informan Ayoe (32 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menunjukkan bahwa pilihan kata dalam konten @rahasiagadis disusun dengan gaya bahasa yang ringan, tidak menghakimi, serta menekankan validasi terhadap perasaan perempuan. Bahasa yang digunakan menempatkan perempuan sebagai individu yang wajar memiliki emosi dan proses dalam mengenali dirinya.

“Iya, cukup membantu. Terutama konten yang memberikan pengingat untuk self-care, validasi perasaan, serta tips sederhana untuk menghadapi overthinking atau stres. Penyampaiannya juga terasa menenangkan.”

Sementara itu, hasil wawancara bersama informan Lovi Salma (22 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis menekankan bagaimana bahasa dalam konten mampu memvalidasi perasaan audiens.

“Poinnya adalah, aku suka bagaimana mereka memvalidasi setiap perasaan yg seseorang alami dan ngasih solusi step by step bagaimana cara melewati itu. Jadi sebagai audiens merasa 'didengarkan'.”

Kemudian, Hasil wawancara bersama informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 Tahun) yang merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis menyatakan bahwa pemilihan warna dan simbol visual dalam konten @rahasiagadis banyak menampilkan ilustrasi perempuan dengan ekspresi lembut, gestur reflektif, serta situasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari perempuan. Warna pastel dan tipografi estetik menjadi ciri khas visual akun @rahasiagadis yang berfungsi membangun identitas sekaligus menciptakan kesan emosional tertentu pada audiens. Warna-warna lembut dimaknai sebagai simbol kehangatan dan kenyamanan.

“Untuk sebenarnya tone color di sosial media Instagram @rahasiagadis itu kayak diusahain disesuaikan sama gadis-gadis. Kenapa pemilihannya pastel sama warna-warna lembut? Karena kayak itu udah didasari sama riset juga, di mana kayak warna pastel sama warna lembut itu kan kayak menggambarkan kayak kehangatan, kelembutan, sisi feminim. Jadinya konten dari @rahasiagadis itu kayak berusaha menggambarkan kelembutan, kehangatan dan juga sisi feminim dari seorang perempuan itu. Jadi di saat perempuan itu ngelihat kontennya tuh dia kayak ngerasa, "Oh ya, ini relate banget sama aku. Oh ya ya ini kayak aku banget gitu loh." Karena kan itu kayak kebanyakan warna pastel kayak warna pink, warna-warna soft itu kan kesukaan perempuan gitu.”

Pendapat serupa juga disampaikan oleh hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang juga merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, menyatakan bahwa visual dalam konten @rahasiagadis mampu membangun kesan emosional tertentu bagi audiens perempuan serta memperkuat identitas akun sebagai media yang ramah dan suportif bagi perempuan.

“Visual konten yang dibuat melalui akun Instagram @rahasiagadis itu memberikan kesan feminim, memberikan rasa aman dan nyaman kepada audiens, dan pastinya melalui warna-warna tersebut dapat menciptakan brand image yang konsisten terhadap akun Rahasia Gadis.”

Tak hanya itu, hasil wawancara bersama informan Nadia Setina yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menilai bahwa pemilihan warna dan desain visual juga menjadi daya tarik utama yang membuat konten mudah dikenali serta mencerminkan identitas akun.

“Sangat menarik, aku suka warna pink dan desainnya menggambarkan nama akunnya.”

Kemudian, pendapat tersebut juga diperkuat hasil wawancara bersama informan Lovi Salma (22 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, yang berpendapat bahwa tampilan visual tidak hanya berfungsi sebagai pemanis konten, tetapi juga membentuk citra perempuan yang positif dan kuat.

“Overall aku nangkap kalau @rahasiagadis tuh pingin menciptakan image bahwa perempuan is a beautiful creature!”

Namun hasil wawancara bersama informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti (28 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, menilai bahwa visual yang terlalu dominan juga dapat memengaruhi pemahaman pesan. Hal ini menunjukkan bahwa simbol visual menjadi unsur penting dalam framing, namun perlu keseimbangan antara estetika dan kejelasan pesan.

“Kadang gambarnya kegedean atau terlalu rame, atau tulisannya terlalu kecil atau fontnya estetik tapi cukup susah dibaca.”

Hasil wawancara bersama informan Asalia Rizky Putri (25 Tahun) yang merupakan followers aktif Instagram @rahasiagadis, memperlihatkan bahwa Strategi atensi pada konten @rahasiagadis dilakukan melalui visual yang estetik, gaya bahasa kasual, serta topik yang relevan dengan kehidupan perempuan. Hal ini membuat konten mudah menarik perhatian dan mendorong audiens untuk terlibat secara emosional.

“Kelihatan kasual dan menarik penampilannya visualnya. Gaya bahasanya juga nggak berat-berat banget.”

Sementara itu, hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang juga merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, juga menilai bahwa desain konten membuat audiens tertarik untuk terus melihat:

“Rahasia gadis memilih tema atau topik pastinya sesuai dengan kebutuhan perempuan saat ini. Selain temanya yang menyesuaikan, design yang menarik buatpun ga keliatan membosankan malah membuat audiens jadi lebih suka untuk ngeliatnya.”

Tak hanya itu, hasil wawancara bersama informan Ida Ayu Bunga Prabawanti (23 Tahun) yang juga merupakan anggota dari Agen Rahasia Bali sebagai representatif daerah Komunitas Rahasia Gadis, menegaskan bahwa strategi atensi ini juga diperkuat dengan penggunaan momen tertentu seperti peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia yang diikuti dengan kampanye khusus, sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih relevan dengan konteks sosial audiens.

“Rahasia Gadis juga pernah mengajak agen rahasia pada peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia dengan membuat hashtag #KamuBerharga sebagai kegiatan untuk mendukung seluruh perempuan muda dari latar belakang yang berbeda-beda.”

Berdasarkan seluruh pendapat para informan, dapat disimpulkan bahwa unsur retorik dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis berperan besar dalam membingkai representasi pemberdayaan perempuan. Melalui pilihan kata yang menenangkan dan memvalidasi, simbol visual yang menampilkan sisi lembut dan kuat perempuan, penggunaan warna pastel dan tipografi estetik yang konsisten, serta strategi atensi yang menarik dan relevan, konten @rahasiagadis mampu membangun kedekatan emosional dengan audiens. Unsur-unsur retorik tersebut memperkuat pesan bahwa perempuan memiliki hak untuk merasa, merawat kesehatan mental, serta percaya pada proses pengembangan dirinya sebagai bentuk pemberdayaan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara bersama informan dan observasi non-partisipatif pada konten, diketahui bahwa akun Instagram @rahasiagadis menampilkan konten inspiratif yang menekankan kesadaran diri, validasi emosi, serta dorongan untuk merawat kesehatan mental sebagai bagian dari kesejahteraan perempuan. Pesan-pesan tersebut tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga membangun pemahaman bahwa kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kehidupan perempuan.

Sebagai media komunikasi digital, Instagram memungkinkan penyampaian pesan secara luas dan berkelanjutan kepada audiens. Melalui konten inspiratif yang dikemas dalam bentuk visual dan caption reflektif, isu kesehatan mental perempuan disampaikan dengan pendekatan yang ringan, emosional, dan relevan dengan pengalaman sehari-hari, sehingga membentuk makna pemberdayaan perempuan sebagai individu yang sadar diri dan mampu merawat kondisi psikologisnya (Novitasari, 2021: h. 142).

Untuk melihat bagaimana makna tersebut dikonstruksi dalam konten, penelitian ini menggunakan analisis framing model Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki yang menelaah pembingkai pesan melalui struktur sintaksis,

skrip, tematik, dan retorik (Isro'i & Sazali, 2023: h. 20). Melalui model ini, penelitian mengkaji bagaimana konten inspiratif @rahasiagadis membingkai isu kesehatan mental sebagai bagian dari representasi pemberdayaan perempuan.

Gambaran Konten Inspiratif pada Instagram terkait Isu Kesehatan Mental Perempuan

Dalam konteks komunikasi massa, komunikasi dipahami sebagai proses penyampaian pesan melalui media kepada khalayak yang luas dan beragam secara berkelanjutan dengan tujuan membangun makna serta memengaruhi pemahaman audiens (Winda et al., 2022: h. 42). Dalam perkembangan digital, media sosial seperti Instagram berfungsi sebagai saluran komunikasi massa yang memungkinkan penyebaran pesan secara cepat, luas, dan interaktif. Instagram sendiri merupakan platform media sosial yang memberikan akses bagi pengguna untuk berbagi foto dan video melalui akun pribadi maupun public (Faizal et al., 2022: h. 9). Melalui karakter visual dan fitur interaktifnya, Instagram menjadi ruang strategis dalam penyampaian pesan sosial, termasuk isu kesehatan mental.

Konten inspiratif di media sosial umumnya disajikan untuk menyampaikan pesan positif yang bertujuan membangun motivasi serta mendorong audiens melakukan perubahan sikap ke arah yang lebih baik. Konten tidak hanya berfungsi sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai sarana membangun kedekatan emosional melalui pesan yang relevan dengan pengalaman sehari-hari. Oleh karena itu, konten biasanya dikemas dalam bentuk teks dan visual yang diproses secara digital sehingga dapat diakses dan dibagikan dengan mudah melalui platform daring (Malik et al., 2024: h. 220).

Dalam konteks kesehatan mental, konten inspiratif berperan sebagai media komunikasi yang membantu meningkatkan kesadaran, memberi penguatan emosional, serta menumbuhkan kepedulian terhadap kondisi psikologis diri sendiri. Fungsi ini sejalan dengan tujuan konten inspiratif yang diarahkan untuk menghadirkan dampak positif dan mendorong perubahan perilaku audiens (Sari et al., 2025: h. 2466). Pesan-pesan yang mengangkat isu kesehatan mental perempuan umumnya menekankan penerimaan emosi, pentingnya perawatan diri, serta pengakuan bahwa perempuan memiliki hak untuk beristirahat dan memulihkan diri. Pola penyampaian pesan tersebut sejalan dengan fungsi persuasi dalam komunikasi massa, yaitu memengaruhi sikap, membangun kesadaran, serta mendorong individu untuk melakukan tindakan tertentu (Syafriana., 2022: h. 8). Dengan demikian, konten inspiratif tidak hanya bekerja pada aspek kognitif audiens, tetapi juga menyentuh aspek afektif melalui pendekatan emosional dan empatik.

Gambaran tersebut tampak pada konten Instagram @rahasiagadis yang banyak menampilkan visual berwarna lembut, ilustrasi sederhana, serta caption reflektif yang membahas kelelahan mental, overthinking, penerimaan diri, dan batasan dalam hubungan sosial. Bentuk penyajian ini menunjukkan bahwa pesan dikonstruksi untuk menciptakan rasa aman dan nyaman bagi audiens. Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan informan yang menilai bahwa konten @rahasiagadis memberikan dukungan emosional dan mendorong perempuan untuk lebih peduli pada kondisi mentalnya. Hal tersebut terlihat dari pernyataan informan Ayoe yang menyatakan bahwa pesan dalam konten @rahasiagadis menekankan bahwa perempuan berhak merasakan emosinya dan beristirahat tanpa merasa bersalah, serta pentingnya memahami diri sendiri dan menjaga batas demi kesehatan mental.

Selain sebagai media penyampaian pesan, konten inspiratif juga dapat berfungsi sebagai bentuk dukungan sosial simbolik melalui penyediaan motivasi, validasi emosi, serta pengalaman yang relevan dengan kehidupan audiens. Konten inspirasi, seperti kutipan motivasi dan narasi pengalaman, menjadi salah satu tipe konten yang mampu memperkuat ikatan emosional antara pembuat konten dan pengikutnya (Rahmadina & Febriani, 2024: h. 75). Lebih lanjut, pesan-pesan dalam konten inspiratif terkait kesehatan mental juga merepresentasikan nilai pemberdayaan perempuan melalui penekanan pada kesadaran diri, kemandirian emosional, serta keberanian untuk merawat kesehatan mental. Representasi tersebut sejalan dengan konsep pemberdayaan perempuan, yang dipahami sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan diri sehingga perempuan mampu bersikap mandiri dalam mengelola kehidupannya, termasuk dalam merawat kesehatan mental (Novitasari, 2021: h. 142),

Oleh karena itu, konten @rahasiagadis tidak hanya membangun motivasi personal, tetapi juga membingkai perempuan sebagai subjek yang aktif dan berdaya dalam menghadapi persoalan mental. Gambaran inilah yang selanjutnya dianalisis lebih lanjut menggunakan model framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki untuk melihat bagaimana pesan pemberdayaan tersebut dikonstruksikan melalui struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik.

Framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dalam Konten Inspiratif Instagram @rahasiagadis terkait isu Kesehatan Mental

Berdasarkan Berdasarkan model framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki, framing merupakan cara media mengonstruksi realitas melalui penyusunan dan penonjolan pesan dalam teks media. Model ini menganalisis bagaimana pesan dibentuk melalui empat struktur utama, yaitu struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik, yang digunakan untuk melihat bagaimana isu kesehatan mental perempuan dibingkai dalam konten inspiratif Instagram @rahasiagadis.

Menurut Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dalam (Isro'i & Sazali, 2023: h. 20), struktur sintaksis berkaitan dengan cara penyusunan peristiwa, opini, dan pengamatan ke dalam suatu alur pesan yang membentuk pemaknaan tertentu bagi audiens. Struktur ini menunjukkan bagaimana informasi disusun dari bagian yang dianggap penting menuju bagian pendukung.

Dalam konteks konten inspiratif terkait isu kesehatan mental perempuan pada Instagram @rahasiagadis, struktur sintaksis tampak pada pola penyusunan pesan yang diawali dengan pengungkapan kondisi emosional, kemudian diikuti dengan refleksi singkat, dan ditutup dengan kalimat afirmatif atau ajakan untuk merawat diri. Pola ini membawa audiens dari pengenalan masalah psikologis menuju penguatan diri secara bertahap.

Gambaran tersebut terlihat jelas pada analisis konten yang mengangkat tema *Eldest Daughter Syndrome*. Konten diawali dengan pengenalan istilah sebagai headline yang langsung menandai fokus permasalahan, kemudian diikuti dengan penjabaran karakteristik anak perempuan pertama yang dituntut untuk selalu mengalah dan menjadi panutan. Selanjutnya, narasi diperkuat melalui slide confession room yang memuat pengalaman emosional audiens, sehingga pesan tidak hanya bersifat informatif tetapi juga menghadirkan pengalaman kolektif. Pada bagian akhir, konten ditutup dengan pesan afirmatif bahwa anak perempuan pertama tidak harus memikul seluruh beban sendirian. Urutan ini menunjukkan alur dari pengenalan masalah, penguatan melalui pengalaman nyata, hingga peneguhan emosional.

Pola penyusunan pesan ini juga diperkuat oleh pernyataan informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri yang menyebutkan bahwa ide konten @rahasiagadis sering berasal dari polling story dan confession room audiens, kemudian disusun menjadi narasi yang relevan dengan pengalaman perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa struktur pesan dibangun berdasarkan pengalaman nyata audiens, bukan semata-mata dari sudut pandang pembuat konten.

Hal ini sejalan dengan temuan dari hasil penelitian dari Phitaloka & Purwaningtyas, (2021: h. 141) berjudul "Aktivisme Perempuan Indonesia di Instagram" yang menyatakan bahwa konten pemberdayaan perempuan di Instagram banyak dibangun melalui narasi personal dan kampanye visual untuk menciptakan kedekatan emosional dengan audiens. Dengan demikian, struktur sintaksis pada konten @rahasiagadis meringkai isu kesehatan mental melalui alur reflektif yang menempatkan pengalaman emosional perempuan sebagai pusat pesan.

Menurut Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dalam (Isro'i & Sazali, 2023: h. 20), struktur skrip menyoroti bagaimana peristiwa dikemas menjadi sebuah narasi melalui unsur 5W+1H (who, what, when, where, why, dan how). Struktur ini berfungsi untuk membangun keterhubungan antara pesan dengan audiens melalui alur cerita yang logis dan mudah dipahami.

Dalam konteks konten inspiratif terkait isu kesehatan mental perempuan pada Instagram @rahasiagadis, struktur skrip tampak pada cara konten menampilkan perempuan sebagai subjek yang sedang mengalami kelelahan emosional, kemudian diarahkan pada proses memahami dan menerima kondisi tersebut. Narasi dibangun secara bertahap, dimulai dari pengenalan situasi psikologis, dilanjutkan dengan penjelasan bahwa kondisi tersebut wajar dialami, dan diakhiri dengan ajakan untuk merawat diri.

Gambaran tersebut terlihat pada analisis konten yang mengangkat tema kelelahan mental dalam rangka World Mental Health Day. Unsur who ditampilkan melalui representasi perempuan muda yang mengalami tekanan emosional. Unsur what berupa validasi bahwa perasaan tidak baik-baik saja merupakan kondisi yang manusiawi. Unsur when dikaitkan dengan fase kelelahan mental yang dialami individu dalam keseharian, khususnya pada momen reflektif seperti peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia. Unsur where direpresentasikan melalui ruang digital Instagram sebagai media penyampaian pesan yang mudah diakses sekaligus ruang audiens melakukan refleksi diri secara personal. Dalam hal ini, unsur where tidak ditampilkan sebagai lokasi fisik tertentu, melainkan direpresentasikan melalui ruang digital Instagram sebagai medium penyampaian pesan sekaligus ruang sosial tempat audiens melakukan refleksi terhadap pengalaman emosionalnya. Selanjutnya, unsur why ditunjukkan melalui pesan untuk mengurangi tuntutan sosial agar perempuan selalu kuat serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental. Adapun unsur how disampaikan melalui bahasa empatik, narasi reflektif, dan visual simbolik yang menggambarkan praktik self-compassion.

Pola penyusunan skrip ini juga diperkuat oleh pernyataan informan Ayoe (32 tahun) sebagai pengikut aktif @rahasiagadis yang menyatakan bahwa konten kesehatan mental disampaikan dengan cara yang menenangkan dan terasa dekat dengan kondisi perempuan sehari-hari, sehingga membantu audiens merasa dipahami ketika sedang berada dalam kondisi emosional yang tidak stabil. Hal ini menunjukkan bahwa skrip konten tidak hanya menyampaikan pesan informatif, tetapi juga membangun relasi emosional antara akun dan audiens.

Namun, juga terdapat pernyataan informan juga menunjukkan bahwa efektivitas struktur skrip dalam membangun dampak emosional tidak dirasakan secara merata oleh seluruh audiens. Hasil wawancara bersama informan Asalia Rizky Putri mengungkapkan bahwa meskipun konten dapat memberikan motivasi, pengaruhnya terhadap kondisi mental tidak selalu dirasakan secara langsung karena sangat dipengaruhi oleh konteks personal masing-masing individu. Pandangan serupa juga disampaikan oleh informan Stella Khemalea Mahanaim Prasanti yang menyatakan bahwa keterhubungan terhadap skrip konten dipengaruhi oleh fase kehidupan audiens. Menurutnya, konten @rahasiagadis lebih relevan bagi perempuan pada tahap tertentu, khususnya perempuan muda yang sedang berada dalam proses pencarian jati diri dan penguatan mental. Dengan demikian, meskipun struktur skrip konten dirancang untuk membangun kedekatan emosional dan dukungan psikologis, penerimaan pesan tetap bersifat kontekstual dan dipengaruhi oleh pengalaman serta kebutuhan audiens pada fase kehidupannya masing-masing. Dengan demikian, efektivitas framing melalui struktur skrip tidak hanya ditentukan oleh cara pesan disusun, tetapi juga oleh kondisi subjektif audiens dalam menafsirkan dan merespons pesan tersebut.

Secara keseluruhan, sepuluh konten inspiratif yang dianalisis menunjukkan kecenderungan menonjolkan unsur struktur skrip melalui penekanan pada siapa yang mengalami permasalahan, apa yang dirasakan, serta bagaimana audiens diajak memahami dan merespons kondisi tersebut. Skrip konten tidak hanya menyajikan pesan motivasional, tetapi disusun dalam alur naratif yang menempatkan perempuan sebagai subjek yang sedang mengalami proses emosional dan psikologis, sehingga audiens dapat mengikuti cerita secara runtut dan empatik.

Hal ini sejalan dengan penelitian dari Viety et al., (2023: h. 42) berjudul “Stereotype dan Labelling terhadap Perempuan dalam Video Asusila Artis RK pada Media Massa: Analisis Framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki” yang menunjukkan bahwa dalam struktur skrip, media cenderung menonjolkan unsur who dan what untuk membingkai sosok perempuan dalam sebuah peristiwa. Pada penelitian tersebut, penekanan diberikan pada identitas perempuan dalam kasus yang diberitakan, sehingga membentuk fokus makna tertentu bagi audiens. Meskipun konteks dan isu yang dibahas berbeda, temuan tersebut menunjukkan bahwa struktur skrip berperan penting dalam menentukan bagaimana sosok perempuan diposisikan dalam narasi media.

Dalam konteks konten @rahasiagadis, penonjolan unsur who, what, dan how justru diarahkan pada pengalaman emosional perempuan dan kondisi psikologis yang sedang dialami, bukan pada pelabelan negatif. Dengan demikian, struktur skrip membingkai perempuan sebagai individu yang sedang berproses, membutuhkan ruang aman, serta berhak mendapatkan dukungan emosional. Alur cerita yang dibangun secara empatik dan kontekstual ini memperkuat representasi pemberdayaan perempuan dalam isu kesehatan mental.

Menurut Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dalam (Isro'i & Sazali, 2023: h. 20), struktur tematik berfokus pada bagaimana suatu peristiwa atau isu disusun ke dalam rangkaian kalimat yang membentuk sudut pandang tertentu. Struktur ini berkaitan dengan cara realitas dipilih, ditekankan, dan dikembangkan menjadi tema utama yang konsisten dalam teks.

Dalam konteks konten inspiratif terkait isu kesehatan mental perempuan pada Instagram @rahasiagadis, struktur tematik terlihat pada konsistensi pengangkatan isu kesehatan mental sebagai fondasi pemberdayaan perempuan. Tema utama yang diangkat tidak hanya menempatkan kesehatan mental sebagai masalah individual, tetapi sebagai bagian dari proses perempuan dalam mengenali diri, memvalidasi perasaan, dan membangun ketahanan emosional.

Gambaran tersebut terlihat pada analisis konten yang mengangkat tema kesehatan mental perempuan dalam konteks ketahanan emosional. Subtema yang muncul meliputi kelelahan mental, dialog batin, penundaan emosional, serta proses bertahan dalam menghadapi tekanan psikologis. Pesan yang disampaikan konsisten dengan karakter konten @rahasiagadis yang menekankan self-love, empati, dan dukungan emosional bagi perempuan. Selain itu, penggunaan hashtag seperti #RahasiaGadis, #TheVoiceOfNextGenWomen, #Quotes, dan #DailyReminder berfungsi sebagai penegas tema bahwa konten tersebut dibingkai sebagai pengingat emosional yang relevan dengan pengalaman psikologis perempuan. Pesan moral yang ditampilkan menegaskan bahwa perempuan boleh merasa lelah dan memiliki keinginan untuk menyerah, namun tetap dihargai atas pilihannya untuk bertahan.

Pola tematik ini juga diperkuat oleh pernyataan informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri yang menyebutkan bahwa tujuan utama konten @rahasiagadis adalah meningkatkan kesadaran perempuan terhadap kesehatan mental dan

proses mengenali diri. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan tema tidak bersifat acak, tetapi juga secara sengaja diarahkan untuk membangun kesadaran psikologis perempuan sebagai bagian dari pemberdayaan diri.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Husna & Fahrimal, (2021: h. 131) berjudul “Representasi Perempuan Berdaya pada Akun Instagram @Rachelvennya” yang menunjukkan bahwa media sosial dapat merepresentasikan pemberdayaan perempuan melalui penguatan peran dan kesadaran diri perempuan sebagai individu yang berdaya. Meskipun fokus penelitian tersebut berada pada aspek kemandirian dan peran sosial, kesamaannya terletak pada penggunaan media sosial sebagai ruang pembentukan citra perempuan yang aktif, sadar diri, dan mampu menentukan arah hidupnya. Dengan demikian, struktur tematik dalam konten @rahasiagadis mbingkai kesehatan mental sebagai dasar penting dalam membangun perempuan yang berdaya secara emosional dan psikologis.

Menurut Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki dalam dalam (Isro'i & Sazali, 2023: h. 20), struktur retorik menyoroti bagaimana penekanan pesan dibangun melalui pemilihan unsur-unsur kebahasaan, visual, warna, tipografi, serta strategi atensi yang digunakan untuk memperkuat makna dan daya tarik suatu pesan.

Dalam konteks konten inspiratif terkait isu kesehatan mental perempuan pada Instagram @rahasiagadis, struktur retorik tampak pada penggunaan bahasa afirmatif yang menenangkan, simbol visual yang merepresentasikan proses emosional perempuan, pemilihan warna yang lembut, serta strategi visual yang dirancang untuk menciptakan rasa aman dan kedekatan psikologis dengan audiens.

Gambaran tersebut terlihat pada analisis konten yang mengangkat tema ketahanan emosional perempuan melalui metafora Bamboo Effect. Pada aspek pilihan kata, digunakan bahasa afirmatif seperti “bukan berarti kamu gagal” serta metafora “grow in silence” yang berfungsi mereduksi kecemasan akibat tekanan sosial dan kecenderungan melakukan social comparison. Selain itu, penggunaan sapaan informal dalam caption seperti “beb” membangun kedekatan emosional dan menciptakan suasana komunikasi yang tidak menghakimi, sehingga pesan lebih mudah diterima oleh audiens perempuan.

Pada unsur simbol visual, ditampilkan lanskap alam hijau berupa pepohonan dan suasana natural yang merepresentasikan proses pertumbuhan yang berjalan perlahan namun konsisten. Visual ini mendukung narasi Bamboo Effect sebagai simbol pertumbuhan bertahap tanpa harus menampilkan ilustrasi bambu secara literal. Pemilihan warna hijau dan earthy tone menciptakan kesan tenang, reflektif, dan natural, sementara tipografi yang sederhana dan mudah dibaca membantu audiens memfokuskan perhatian pada pesan naratif tentang proses bertumbuh dan penerimaan diri. Strategi atensi juga diperkuat melalui penggunaan istilah populer “Bamboo Effect” yang berfungsi sebagai metafora universal sehingga memudahkan audiens memahami pesan sekaligus menarik perhatian sejak awal konten ditampilkan.

Pada unsur warna dan tipografi, konten menampilkan dominasi warna hijau dan earthy tone yang menciptakan kesan tenang, natural, dan reflektif. Warna-warna ini masih berada dalam spektrum warna lembut (soft tone) yang secara psikologis diasosiasikan dengan ketenangan dan kenyamanan emosional. Pemilihan warna tersebut sejalan dengan karakter visual @rahasiagadis yang, menurut informan Ni Komang Carrisa Ayu Putri (20 tahun), berdasarkan riset @rahasiagadis secara konsisten menggunakan warna-warna pastel dan lembut untuk merepresentasikan kehangatan, sisi feminin, serta rasa aman bagi audiens perempuan. Dengan demikian, meskipun pada konten tertentu digunakan warna hijau alami, nuansa visual yang dibangun tetap berada dalam bingkai estetika lembut yang menjadi identitas visual akun @rahasiagadis.

Namun, pernyataan informan wawancara Stella Khemalea Mahanaim Prasanti menilai bahwa visual yang terlalu dominan justru dapat mengganggu pemahaman audiens terhadap pesan utama konten serta adanya ukuran gambar yang terlalu besar, komposisi visual yang ramai, serta penggunaan tipografi yang menekankan estetika, sehingga kurang terbaca yang dapat membuat pesan menjadi kurang efektif diterima audiens. Sehingga, menunjukkan bahwa meskipun unsur visual dan desain estetik berperan penting dalam menarik perhatian serta membangun kedekatan emosional, efektivitas framing juga sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara estetika visual dan keterbacaan pesan. Visual yang terlalu dominan berpotensi mengalihkan fokus audiens dari pesan utama apabila tidak diimbangi dengan kejelasan teks dan struktur informasi yang memadai.

Hal ini sejalan dengan penelitian Kulbi & Febriana, (2025: h. 235) berjudul “Analisis Pembungkai Isu Dugaan Korupsi Pertamina dalam Konten Instagram @pinterpolitik” yang menyatakan bahwa struktur retorik dalam konten Instagram sangat bergantung pada kekuatan visual, ekspresi simbolik, serta gaya bahasa populer untuk menonjolkan pesan. Namun, dalam konteks konten inspiratif @rahasiagadis, penggunaan visual tidak bersifat persuasif-satir seperti pada konten politik, melainkan diarahkan pada penciptaan suasana emosional yang suportif dan menenangkan. Perbedaan ini menunjukkan bahwa meskipun sama-sama memanfaatkan kekuatan visual

sebagai perangkat framing, tujuan retorik antara konten politik dan konten kesehatan mental memiliki orientasi emosional yang berbeda.

4. Kesimpulan

Media sosial memiliki peran penting dalam membentuk cara pandang audiens terhadap isu sosial, termasuk isu kesehatan mental dan pemberdayaan perempuan. Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian mengenai “Representasi Pemberdayaan Perempuan pada Konten Inspiratif Instagram @rahasiagadis melalui Analisis Framing Zhongdang Pan dan Gerald M. Kosicki”, dapat disimpulkan bahwa akun @rahasiagadis merepresentasikan pemberdayaan perempuan melalui pembingkai isu kesehatan mental sebagai proses kesadaran diri, penerimaan emosi, serta penguatan psikologis perempuan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui analisis framing Pan dan Kosicki yang meliputi struktur sintaksis, skrip, tematik, dan retorik terhadap sepuluh konten inspiratif, ditemukan bahwa pemberdayaan perempuan tidak ditampilkan dalam bentuk kekuatan fisik atau keberhasilan sosial semata, melainkan melalui legitimasi terhadap perasaan, pengakuan atas kelelahan emosional, serta ajakan untuk merawat kesehatan mental sebagai bagian dari hak perempuan atas dirinya sendiri. Pada struktur sintaksis, konten disusun dengan alur reflektif yang diawali dari pengenalan kondisi emosional, dilanjutkan dengan penjelasan situasi psikologis, dan diakhiri dengan pesan afirmatif. Pola ini membentuk narasi yang suportif dan tidak menyudutkan perempuan, sehingga membingkai kesehatan mental sebagai sesuatu yang wajar dan layak diperhatikan. Penyusunan pesan tersebut mengarahkan audiens untuk memahami masalah emosional sebagai bagian dari pengalaman hidup perempuan, bukan sebagai kelemahan pribadi. Pada struktur skrip, konten menonjolkan unsur siapa yang mengalami permasalahan, apa yang dirasakan, serta bagaimana perempuan diajak merespons kondisi mentalnya. Unsur waktu dan tempat tidak selalu ditampilkan sebagai konteks fisik tertentu, melainkan direpresentasikan melalui pengalaman keseharian dan ruang digital Instagram sebagai ruang reflektif. Skrip dibangun secara naratif sehingga audiens dapat mengikuti alur pengalaman emosional perempuan secara runtut dan empatik. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwa dampak emosional dari skrip konten tidak dirasakan secara merata oleh seluruh audiens dan sangat dipengaruhi oleh fase kehidupan serta kondisi personal masing-masing individu. Pada struktur tematik, tema utama yang konsisten muncul adalah kesehatan mental perempuan yang dikaitkan dengan subtema kesadaran diri, validasi perasaan, self-care, dan proses bertumbuh. Tema-tema ini disampaikan secara berulang dan diperkuat melalui penggunaan hashtag serta kesesuaian antara teks dan visual. Struktur tematik tersebut membingkai kesehatan mental sebagai fondasi penting dalam membangun perempuan yang berdaya, mampu mengenali dirinya, dan memiliki kendali atas kebutuhan emosionalnya. Pada struktur retorik, representasi pemberdayaan perempuan diperkuat melalui penggunaan bahasa yang afirmatif dan sapaan informal, simbol visual yang merepresentasikan sisi reflektif dan keseharian perempuan, serta pemilihan warna dan tipografi yang membangun suasana hangat dan suportif. Unsur estetika ini berfungsi untuk membangun kedekatan emosional antara konten dan audiens. Meskipun demikian, terdapat pandangan kritis dari audiens bahwa visual yang terlalu dominan atau tipografi yang kurang terbaca dapat mengurangi kejelasan pesan, sehingga menunjukkan bahwa aspek retorik perlu diseimbangkan antara estetika dan efektivitas komunikasi. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa konten inspiratif Instagram @rahasiagadis membingkai pemberdayaan perempuan melalui pendekatan psikologis dan emosional, dengan menempatkan perempuan sebagai individu yang sedang berproses, berhak merasa, dan berhak merawat kesehatan mentalnya. Dengan demikian, pemberdayaan dalam konteks penelitian ini direpresentasikan bukan sebagai tuntutan untuk selalu kuat, melainkan sebagai pengakuan atas kerentanan dan kebutuhan perempuan sebagai bagian dari proses penguatan diri. Temuan ini sekaligus menegaskan bahwa framing media sosial memiliki peran penting dalam membentuk cara perempuan memaknai dirinya dan kondisi mentalnya di ruang digital.

Referensi

1. Faizal, A. A., Naim, M., & Fauzi, A. (2022). Fenomena Instagram Sebagai Sarana Eksistensi Pada Kelompok Remaja Di Kelurahan Sudimara Selatan. *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian Dan Studi Ilmu Komunikasi)*, 3(1), 7. <https://doi.org/10.32897/Buanakomunikasi.2022.3.1.1280>
2. Husna, A., & Fahrimal, Y. (2021). Representasi Perempuan Berdaya Pada Akun Instagram @Rachelvennya. *Jurnal Studi Komunikasi Dan Media*, 25(2), 131. <https://doi.org/10.31445/Jskm.2021.3801>
3. Isro'i, M. I., & Sazali, H. (2023). Analisis Framing Pemberitaan Bencana Gempa Bumi Di Turki Pada Media Sosial Instagram Sahabatsurga Dan Sholawat_Videos. *Orasi: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 14(1), 16. <https://doi.org/10.24235/Orasi.V14i1.13233>
4. Kulbi, L., & Febriana, K. A. (2025). Analisis Pembingkai Isu Dugaan Korupsi Pertamina Dalam Konten Instagram @Pinterpolitik. *Jurnal Janaloka*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.26623/Janaloka.V3i1.12735>
5. Novita, N., Novitasari, N., & Hamidah. (2024). Ketimpangan Representasi Stereotipe Perempuan Dalam Ruang Publik. *Journal Of Lifelong Learning*, 7(2), 142–155. <https://doi.org/10.33369/Joll.7.2.142-155>
6. Novitasari, A. (2021). Pengaruh Pemberdayaan Perempuan Terhadap Ketahanan Perekonomian Keluarga. *Lifelong Education Journal*, 1(2), 139–144. <https://doi.org/10.59935/Lej.V1i2.33>
7. Phitaloka, M., & Purwaningtyas, F. (2021). Indonesian Women's Activism In Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(2), 141–162. <https://doi.org/10.24002/Jik.V18i2.3343>

8. Putri, D. A. Y. P., Ayuningrum, N. G., & Mohammad, I. R. (2025). *Analisis Wacana Kritis Norman Fairclough Hak Perempuan Dalam Unggahan Instagram @Rahasiagadis*. 03(01), 60–67. <https://conference.untag-sby.ac.id/index.php/semakom>
9. Rahmadina, S. F., & Febriani, E. (2024). Pengaruh Karakteristik Konten Instagram @Alfagift_Idn Terhadap Online Engagement (Survey Pada Followers Instagram Alfagift). *Jakarta Jalan Arjuna Utara*, 21(9), 11510.
10. Sari, R. D., Yumarni, A., & Sari, W. A. (2025). Kajian Semiotika Dalam Konten Inspirasi Ustadz Hanan Ataki. *Deiktis: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 5(3), 2464–2470. <https://doi.org/https://doi.org/10.53769/deiktis.v5i3.1980>
11. Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Penelitian Yang Bersifat Eksploratif, Interpretif, Interaktif Dan Konstruktif* (3rd Ed.). Alfabeta, Cv.
12. Sutrisno, A. P., & Mayangsari, I. D. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram @Humasbdg Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Informasi Followers. *Jurnal Common*, 5(2), 118–133. <https://doi.org/https://doi.org/10.34010/Common>
13. Syafrina, A. E. (2022). *Komunikasi Massa* (R. Kusumawati, Ed.). Cv. Mega Press Nusantara. www.megapress.co.id
14. Viety, O. R. P., Pratiwi, N., Utami, C. H., Oktaviani, P., Umniyyah, Z., & Suprpto., D. (2023). Stereotype Dan Labelling Terhadap Perempuan Dalam Video Asusila Artis Rk Pada Media Massa. *Risoma : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 42–50. <https://doi.org/10.62383/Risoma.V2i1.7>
15. Winda Kustiawan, Azmiar Nasution, Dina Puspita Sari, Jarosim Simbolon, Sari Mulyani, & Wirdatul Wisfa. (2022). Radio Sebagai Proses Komunikasi Massa. *Jurnal Ilmiah Teknik Informatika Dan Komunikasi*, 2(3), 78–84. <https://doi.org/10.55606/juitik.v2i3.349>
16. Yusuf, F., Rahman, H., Rahmi, S., & Lismayani, A. (2023). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Sarana Komunikasi, Informasi, Dan Dokumentasi: Pendidikan Di Majelis Taklim Annursejahtera. *Jurnal Hasil-Hasil Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.35580/jhp2m.v2i1.122>