



**STRATEGI KOMUNIKASI KONSELING DALAM
MENANGANI *MENTAL HEALTH* REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana dalam Bidang Ilmu Komunikasi

Oleh

Dela Puspita Sari

41182037200007

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS KOMUNIKASI, SASTRA, DAN BAHASA
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI**

2024 M/1446 H

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun , sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah. Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Bekasi, 29 Juli 2024



Dela Puspita Sari

41182037200007

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Proposal : Strategi Komunikasi Konseling Dalam Menangani Mental Health Remaja
Nama : Dela Puspita Sari
NPM : 41182037200007
Konsentrasi : Public Relations
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa

Telah memenuhi syarat dan mendapat persetujuan dosen pembimbing untuk mengikuti ujian sidang skripsi sebagai bagian prasyarat yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi Pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi, Sastra, dan Bahasa, Universitas Islam 45 Bekasi

Bekasi, 4 Juli 2024

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu
Komunikasi



Winda Primasari, M.Si
NRP.45.1.01.02.2012.016

Menyetujui,
Dosen Pembimbing Proposal



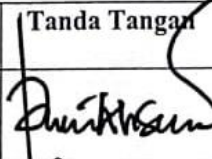
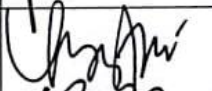
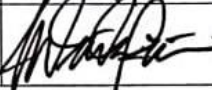
Winda Primasari, M.Si
NRP.45.1.01.02.2012.016

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul "Strategi Komunikasi Konseling Dalam Menangani *Mental Health* Remaja" Telah dipertahankan di hadapan sidang dewan penguji pada :


Hari : Jumat
 Tanggal : 12 Juli 2024
 Waktu : 17.00 – 18.00 WIB
 Oleh
 Nama : Dela Puspita Sari
 NPM : 41182037200007
 Program Studi : Ilmu Komunikasi

DEWAN PENGUJI

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan
Ketua Sidang	Yudha Asmara D.A, M. I. Kom	
Penguji I	Tin Hartini, S.Ag. M.Si	
Penguji II	Winda Primasari, M.Si.	

Bekasi, 29 Juli 2024

Mengesahkan,
 Dekan Fakultas Komunikasi, Sastra dan
 Bahasa


 Dr. Nuryadi, M.Hum

NRP. 45.1.01.04.2010.012

Mengetahui,
 Ketua Program Studi Ilmu
 Komunikasi


 Winda Primasari, M.Si

NRP.45.1.01.02.2012.016

ABSTRAK

Universitas Islam 45 (UNISMA
Bekasi) Program Studi Ilmu
Komunikasi Fakultas Komunikasi,
Sastra, dan Bahasa 2024

Dela Puspita Sari/41182037200007

Strategi Komunikasi Konseling Dalam Menangani *Mental Health* Remaja

Di bawah bimbingan Ibu Winda Primasari, M.Si

108 halaman + XIII romawi, 2 tabel, 11 gambar dan 9 lampiran

Penelitian ini meneliti tentang strategi komunikasi konseling dalam menangani *mental health* remaja. Penelitian ini didasari pada banyaknya remaja yang mengalami masalah kesehatan mental namun masih sedikit dari mereka yang menyadari bahwa pentingnya untuk mengakses layanan konseling. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran komunikasi konseling dalam menangani kasus kesehatan mental dan tanggapan konseling mengenai penanganan kasus kesehatan mental. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif, pengumpulan data yang dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa banyak sekali aspek yang diperlukan untuk mendukung proses penanganan kesehatan mental pada remaja. Pentingnya menciptakan suasana serta tempat yang aman dan nyaman bagi konselor, konselor yang berkompeten di bidangnya, hingga strategi komunikasi yang tepat. Strategi komunikasi konseling memiliki beberapa aspek, yaitu : komunikasi intrapersonal, teknik-teknik konseling, peran orang tua, terapi kejiwaan, edukasi. dan pemahaman tentang Kesehatan Mental.

Kata kunci : Komunikasi Konseling, *Mental Health*, Remaja, Strategi Komunikasi

ABSTRACT

*Islamic University 45 (UNISMA
Bekasi) Communication Studies
Program, Faculty of
Communication, Literature and
Language 2024*

Dela Puspita Sari/41182037200007

Counseling Communication Strategy in Handling Adolescent Mental Health

Under the guidance of Mrs. Winda Primasari, M.Si

108 pages + XIII roman, 2 tables, 11 figures and 9 attachments

This research examines counseling communication strategies in dealing with adolescent mental health. This research is based on the number of adolescents who experience mental health problems but still few of them realize that it is important to access counseling services. The purpose of this research is to find out the role of counseling communication in handling mental health cases and counseling responses regarding the handling of mental health cases. The method used in this research is descriptive qualitative method, data collection is done through interviews, observation and documentation. The results of this study indicate that many aspects are needed to support the process of handling mental health in adolescents. The importance of creating a safe and comfortable atmosphere and place for counselors, counselors who are competent in their fields, to the right communication strategy. The counseling communication strategy has several aspects, namely: interpersonal communication, counseling techniques, the role of parents, psychiatric therapy, education. and understanding of Mental Health.

Keywords: Counseling Communication, Mental Health, Adolescents, Communication Strategy

PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan nikmat kepada kita semua
2. Orang tua dan adik yang senantiasa memberikan do'a yang tak henti memberi dukungan moril maupun materil untuk anak dan kakaknya
3. Bapak Dr. Nuryadi, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam "45" Bekasi
4. Ibu Winda Primasari, S.Hum., M.Si., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam "45" Bekasi sekaligus selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pemikirannya untuk membimbing peneliti saat penyusunan hingga skripsi selesai
5. Dosen-dosen Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam "45" Bekasi yang telah memberikan ilmu bermanfaat kepada peneliti sebagai bekal pelaksanaan skripsi
6. Teman-teman Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Islam "45" Bekasi yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu yang selalu memberikan masukan dan dukungan ke penulis dalam menyelesaikan skripsi
7. Kunto Aji Suryo Widhiatmoko yang telah memberikan dukungan moril maupun materil.
8. Dayat yang telah memberikan pinjaman laptop selama peneliti mengerjakan tugas akhir.
9. Teman-teman terdekat yang telah memberikan dukungan

Dalam penyusunannya skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Maka dari itu, peneliti membuka lebar jika terdapat saran dan kritik yang membangun. Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Bekasi, 29 Juli 2024

Peneliti,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Dela Puspita Sari', written on a light-colored background.

Dela Puspita Sari

41182037200007

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
PRAKATA	vi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Balakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan.....	6
1.4. Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Penelitian Terdahulu	7
2.1.1 Strategi Konseling Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Pada Penderita Gaming Disorder	7
2.1.2 Strategi Komunikasi Konseling Dalam Menangani Permasalahan Akademik Mahasiswa.....	8
2.1.3 Strategi Komunikasi Konselor Pada Lansia Yang Mengalami Distres Psikologis Akibat Pengabaian Keluarga.....	9
2.1.4 Strategi dan Model Komunikasi Konseling Klinik Berhenti Merokok	10
2.1.5 Adolescent Girls And Young Women Living With HIV: Preconception Counseling Strategies.....	11
2.2 Persamaan dan Perbedaan Penelitian.....	12

2.3 Kerangka Teori	14
2.3.1 Strategi Komunikasi	14
2.3.2 Komunikasi Interpersonal	15
2.3.3 Komunikasi Konseling	17
2.3.4 Kesehatan mental	24
2.4 Kerangka Pemikiran	32
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Jenis Penelitian	34
3.2 <i>Unit</i> Analisis	34
3.2.1 <i>Key Informan</i>	35
3.2.2 Informan.....	35
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.3.1 Data primer.....	36
3.3.2 Data sekunder.....	37
3.4 Definisi Konseptual	37
3.5 Teknik Analisis Data	38
3.5.1 Reduksi.....	39
3.5.2 Penyajian.....	39
3.5.3 Penarikan Kesimpulan.....	39
3.6 Keabsahan Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41
4.1.1 Prinsip PUSPAGA	41
4.1.2 Struktur Organisasi Lembaga PUSPAGA	42
4.1.3 Pola Layanan.....	43
4.1.4 Kontak PUSPAGA.....	43
4.2. Profil Informan dan <i>Key Informan</i>	44
4.2.1 Profil Informan.....	44
4.2.2 <i>Key-Informan</i>	45
4.3. Hasil Penelitian	45
4.3.1 Kondisi Ruang Konseling	46

4.3.2 Strategi Komunikasi Konseling Dalam Menangani Mental Health Remaja	48
4.4. Pembahasan	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	72
5.1. Kesimpulan	72
5.2. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Contoh Pernyataan Afektif Konselor	54
Tabel 4. 2 Contoh Petanyaan Terbuka Konselor.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Presentase Penduduk Indonesia Berdasarkan Usia.....	5
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	33
Gambar 3. 1 Triangulasi Sumber	40
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi PUSPAGA.....	42
Gambar 4. 2 Pola Layanan Puspaga	43
Gambar 4. 3 Profil Instagram PUSPAGA	44
Gambar 4. 4 Ruangan Konseling.....	47
<i>Gambar 4. 5 Ruang Tunggu.....</i>	<i>48</i>
Gambar 4. 6 Ekspresi Konselor pada sesi konseling.....	58
Gambar 4. 7 Kegiatan Psikoedukasi Kesehatan Mental di SDIT Al-Kautsar	64
Gambar 4. 8 Konten PUSPAGA Tentang Fenomena Fatherlles	65
Gambar 4. 9 Konten PUSPAGA Tips Untuk Menjaga Kesehatan Mental	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Wawancara dengan Informan 1	77
Lampiran 2 Hasil Wawancara dengan Informan 2	79
Lampiran 3 Hasil Wawancara dengan Informan 3	85
Lampiran 4 Hasil Wawancara dengan Key Informan	97
Lampiran 5 Hasil Wawancara dengan Key Informan	101
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian	106
Lampiran 7 Lembar Catatan Bimbingan	107
Lampiran 8 Turnitin	108

Lampiran 8 Turnitin

ORIGINALITY REPORT			
24%	22%	4%	6%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	sukoharjonews.com Internet Source		3%
2	repository.iaincurup.ac.id Internet Source		2%
3	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source		2%
4	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia Student Paper		2%
5	icon.unisayogya.ac.id Internet Source		1%
6	123dok.com Internet Source		1%
7	www.rctiplus.com Internet Source		1%
8	vdocuments.site Internet Source		1%
9	jurnal.unived.ac.id Internet Source		1%