

**KEHADIRAN AKUN @menjadimanusia.id SEBAGAI DUKUNGAN
EMOSIONAL DI MEDIA SOSIAL**

SKIRPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu
Departemen Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Andalas

Oleh:

Aulia Salsabila
2110862023



Pembimbing:

Yayuk Lestari, M.A
Diego, M.I.Kom, M.Sos

DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2026

ABSTRAK

KEHADIRAN AKUN @MENJADIMANUSIA.ID SEBAGAI DUKUNGAN EMOSIONAL DI MEDIA SOSIAL

Oleh:

Aulia Salsabila

2110862023

Pembimbing:

Yayuk Lestari, M.A

Diego, M.I.Kom., M.So

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kehadiran akun Instagram @menjadimanusia.id sebagai sumber dukungan emosional di media sosial, serta menganalisis bagaimana kontribusi akun tersebut dalam membantu penanganan masalah emosional audiens. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif dan paradigma konstruktivisme. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap empat informan yang merupakan pengikut aktif akun @menjadimanusia.id, serta observasi nonpartisipatif terhadap konten dan interaksi audiens pada akun tersebut. Analisis data dilakukan menggunakan perspektif *Social Support Theory* (Cohen & Lakey, 2000). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kehadiran akun @menjadimanusia.id dimaknai audiens sebagai bentuk *perceived support* yang hadir melalui konten reflektif mengenai kelelahan, kecemasan, dan kehilangan, komunikasi empatik, serta narasi yang relevan dengan pengalaman emosional mereka, maupun *received support* yang diperoleh melalui interaksi nyata seperti balasan admin dan keterlibatan dalam komunitas digital. Dukungan emosional tersebut membantu audiens melalui proses *appraisal*, mulai dari penilaian terhadap tekanan emosional hingga pemaknaan ulang atas masalah yang dihadapi, sehingga berkontribusi pada proses *coping* dan regulasi emosi audiens sehari-hari. Meski demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan emosional melalui media sosial bersifat komplementer, yaitu melengkapi dukungan interpersonal dan bantuan profesional, bukan menggantikan keduanya.

Kata kunci: dukungan emosional, media sosial, Instagram, *Social Support Theory*, *appraisal*, kesehatan mental

ABSTRACT

THE PRESENCE OF THE @MENJADIMANUSIA.ID ACCOUNT AS EMOTIONAL SUPPORT ON SOCIAL MEDIA.

By:

**Aulia Salsabila
2110862023**

Supervisors:

**Yayuk Lestari, M.A
Diego, M.I.Kom., M.So**

This study aims to determine how the presence of the Instagram account @menjadimanusia.id functions as a source of emotional support on social media, and to analyze how the account contributes to helping audiences cope with their emotional problems. This study employs a qualitative method with a descriptive approach within a constructivist paradigm. Data were collected through in-depth interviews with four informants who are active followers of the @menjadimanusia.id account, along with non-participant observations of the account's content and audience interactions. Data were analyzed using the Social Support Theory perspective (Cohen & Lakey, 2000). The findings indicate that the presence of @menjadimanusia.id is interpreted by audiences as a form of perceived support, delivered through reflective content on exhaustion, anxiety, and loss, empathetic communication, and narratives relevant to their emotional experiences, as well as received support obtained through real interactions such as admin replies and involvement in the digital community. This emotional support helps audiences through an appraisal process, from assessing emotional pressure to reappraising the problems they face, thereby contributing to their daily coping and emotion regulation. Nevertheless, this study shows that emotional support through social media is complementary in nature, enhancing interpersonal support and professional assistance rather than replacing them.

Keywords: emotional support, social media, Instagram, Social Support Theory, appraisal, mental health