

## Analisis Wacana *Self Healing* Remaja Islam melalui *Quotes* Keislaman di Instagram

Eko Hero<sup>1</sup>, Eka Fitri Qurniawati<sup>2</sup>, Budi Hermanto<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Riau

Email: ekohero@comm.uir.ac.id

**Abstract:** *Social media is considered as a self-healing tool for teenagers to cope with emotional stress and mental burdens. Its utilization involves consuming or uploading content perceived to represent one's state of being. Critical Discourse Analysis by Teun A. Van Dijk has been employed to analyze each post shared by the participants. The aim of this research is to analyze the discourse of Islamic quotes as a self-healing tool for Muslim teenagers through social media. This study adopts a qualitative paradigm with teenage participants aged 18-21 years old. Specific criteria have been established to validate participants for interviews, observations, and documentation to obtain credible data. The research findings indicate textual dimensions: the text contained in the posts shared by teenagers tends to depict their feelings, and the textual content of the quotes reflects the teenagers' expressions regarding their psychological conditions. Social cognition dimensions: quotes on Instagram stories by teenagers share many similarities in the reasons for producing such texts. The quotes address worries, fears, and guilt, which are symptoms of mental health issues, serving as self-reminders or self-reflections. Social context dimensions: teenagers expect both positive and negative responses, seeking answers to internal questions, and responses trigger feelings of despondency due to the problems they are facing.*

**Keywords:** *Discourse analysis; self healing; quotes*

**Abstrak:** Media sosial dianggap sebagai alat penghibur diri (*self healing*) dari tekanan perasaan dan beban pikiran oleh remaja. Pemanfaatannya dengan mengonsumsi atau mengunggah sesuatu yang dianggap mewakili keadaan dirinya. Analisis Wacana Kritis Teun A. Van Dijk telah digunakan untuk menganalisis setiap unggahan yang dibagikan oleh informan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis wacana *quotes* islami sebagai alat *self healing* remaja Islam melalui media sosial. Penelitian ini menggunakan paradigma kualitatif dengan subjek penelitiannya adalah remaja usia 18-21 tahun. Kriteria khusus telah ditetapkan untuk memvalidasi informan agar dapat diwawancarai, observasi dan dokumentasi guna memperoleh data yang kredibel. Hasil Penelitian menunjukkan dimensi teks: dimensi teks yang terkandung dalam unggahan yang dibagikan oleh remaja cenderung menjadi gambaran atas apa yang dirasakannya, isi teks dalam kutipan unggahan tersebut merupakan ungkapan remaja mengenai kondisi psikologisnya. Dimensi kognisi sosial: *quotes* di Instagram *story* oleh remaja tersebut memiliki banyak kesamaan di mana alasan teks tersebut diproduksi. *Quotes* berisi tentang kekhawatiran, ketakutan, perasaan bersalah yang merupakan salah satu gejala dari kesehatan mental, *quotes* sebagai *self-reminder* atau pengingat diri. Dimensi konteks sosial, remaja mengharapkan respon positif dan negatif, adanya motif untuk menemukan jawaban atas pertanyaan - pertanyaan dari dalam diri remaja, respon melahirkan suasana dan merasa *down* akibat permasalahan yang sedang dihadapi.

**Kata kunci:** Analisis wacana; penyembuhan diri; kutipan

## Pendahuluan

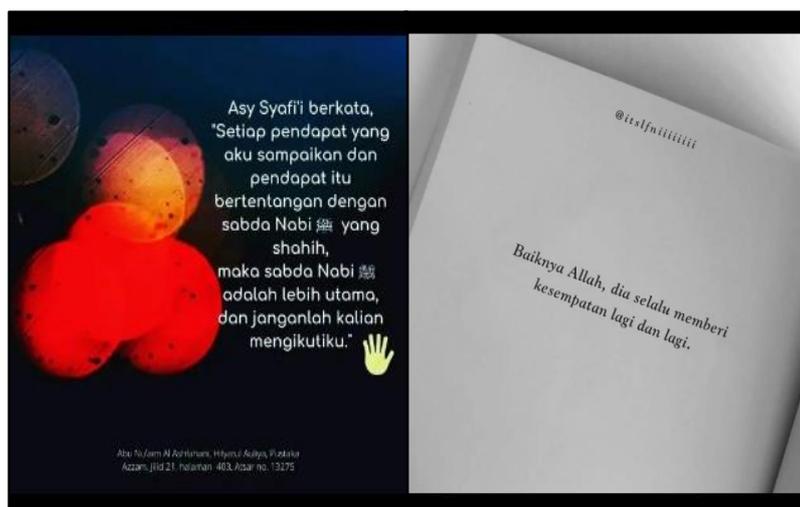
Perkembangan teknologi komunikasi menghadirkan media baru (*new media*) yang salah satu bentuknya adalah media sosial. Munculnya media sosial yang semakin hari menjadi kebutuhan primer kehidupan masyarakat modern. Salah satu transformasi kebutuhan masyarakat di era digital adalah kebutuhan akan ruang publik sekedar untuk mengungkapkan keadaan dirinya. Tidaklah salah jika Weber dalam BİLGİN (2018) mengatakan bahwa media sosial merupakan platform yang dapat digunakan untuk membangun hubungan dan berbagi informasi, pemikiran, komentar dan ide. Penggunaan media sosial dapat memudahkan setiap orang untuk berkomunikasi, mendapatkan teman baru di manapun dan kapanpun, sehingga membawa dampak besar bagi kehidupan sehari-hari.

Belakangan, pemanfaatan media sosial banyak digunakan untuk membagikan, mengeksplorasi, dan mengekspresikan keadaan diri (perasaan, emosi dan pikiran) seseorang. Aktivitas ini merupakan aktivitas komunikasi yang disengaja melalui perilaku verbal seseorang sebagai bentuk pengungkapan diri akan pengalaman atau perasaan seseorang (Bazarova, 2014). Aktivitas seperti ini dengan mudah ditemui di banyak platform media sosial. Beberapa penelitian mengidentifikasi bahwa media sosial yang digunakan sebagai alat mengungkapkan keadaan diri dan semakin berkembang pemanfaatannya adalah Instagram (Al-Kandari et al., 2016). Instagram seperti “sengaja” menyediakan fitur-fitur yang memang diarahkan untuk menyampaikan hal-hal yang terkait pengungkapan diri. Diantara fitur yang disediakan oleh Instagram adalah *captions* dan Instagram story (Instastory) yang dapat digunakan secara bersamaan termasuk memadukannya dengan suara atau lagu yang dapat disesuaikan.

Fitur Instagram di manfaatkan oleh penggunaanya dalam menyebarkan informasi kepada masyarakat. salah satunya untuk mengunggah *quotes*. *Quotes* (kutipan) adalah pesan tentang sesuatu dalam bentuk gambar ataupun teks. Banyak jenis dari kutipan, seperti *quotes* cinta, *quotes* pendidikan, *quotes* motivasi, *quotes* islami dan kutipan lainnya. Pada kutipan islami mengandung ajaran agama Islam yang di dalamnya seperti tentang fiqih, aqidah dan akhlak dan sesuatu yang berasal dari Al-Qur’an dan Hadist (Aviaty, 2018). *Quotes* islami dapat disebut juga media baru dakwah karena dengan *quotes* islami ini dapat mempelajari kajian Islam. *Quotes* islami ini mengandung konten religi yang akan menambah ilmu agama, perasaan beragama dan tindakan keagamaan (Susanti & Nur’aini, 2020).

Penggunaan *quotes* islami ini bukan hanya untuk menambah ilmu keagamaan saja, namun juga dapat menginspirasi, memotivasi, memberikan ide, memberikan solusi, memberikan hiburan dan sebagainya. Media baru digunakan dalam semua aspek kehidupan milenial, termasuk mendengarkan dan menyebarkan isu-isu keagamaan. Mereka juga aktif berpartisipasi dan menggugah kegiatan terbaru mereka di media sosial salah satunya Instagram, dan disertai dengan konten (kutipan) yang mendorong kebaikan mengikuti ajaran Islam (Taufik & Taufik, 2020).

Gambar 1. Contoh *Qoutes* Islami



Sumber: data penelitian

Mengacu penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *quotes* islami atau disebut dengan kutipan islami adalah sebuah kutipan yang biasanya diambil pada sebuah dalil yang ada di Al-Qur'an dan Hadist. Dalil adalah suatu hal yang menunjuk pada apa yang dicari baik berupa alasan, keterangan atau juga pendapat. *Quotes* islami ini berupa teks yang berisi seperti informasi dan nasihat dan saat ini *quotes* islami banyak digunakan dan dipublikasikan bagi pengguna internet.

Perlu diketahui bahwa fenomena *quotes* islami saat ini menjadi metode dakwah baru yang dapat dilihat dari media sosial salah satunya Instagram. Fenomena ini dapat memberikan dampak yang baik bagi yang melihatnya karena *quotes* islami ini berasal dari hadist dan al-qur'an di mana sudah jelas kebenarannya. Apabila seorang muslim menerapkan pola hidup yang diajarkan oleh Islam, maka hal tersebut akan memberikan dampak ketenangan jiwa (Rachma et al., 2022). Maka dengan mengonsumsi *quotes* islami ini memiliki beberapa manfaat salah satunya bagi psikologis diri. Berpikir positif yang didapatkan dari melihat *quotes* islami dapat membuat orang merasa mendapat motivasi, menjadikan *self-reminder* dan sebagai *mood booster*. Upaya memberikan manfaat positif bagi keadaan psikologi diri inilah yang kemudian dikenal sebagai *self-healing*.

Menurut Suls & Wallston (2009) *self healing* merupakan proses kegiatan penyembuhan diri yang memicu pada sekelompok karakteristik psikologi yang melibatkan kecocokan individu dengan lingkungan agar menumbuhkan kesehatan mental yang baik dan kesehatan fisik yang baik pula. *Self healing* merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara alamiah (Bahrien & Ardianty, 2017).

Menurut pandangan umum tentang *self healing*, Sui (2009) mengatakan bahwa *self-healing* juga dapat dicapai melalui proses psikologis yang sengaja diterapkan, masalah itu datang karena masalah tidak dapat didiskusikan dengan orang sekitar. Dan pada penelitian ini

juga menyebutkan bahwa *self healing* merupakan metode yang dapat mengurangi perasaan negatif berubah menjadi positif. Di mana keadaan atau pikiran positif ini bantuan besar bagi orang – orang yang membutuhkan solusi untuk setiap masalah yang dihadapinya. *Self-healing* juga mempunyai macam-macam cara, yaitu ada *forgiveness, gratitude, self compassion, mindfulness, positive self-talk, expressive writing*, relaksasi, manajemen diri, dan *imagery* (Rahmasari, 2020).

Artinya *self healing* merupakan penyembuhan dengan cara merubah emosi negatif menjadi emosi positif, hal yang membuat emosi positif itu dengan melakukan hal-hal yang menenangkan. *Self healing* bertujuan juga untuk mengeluarkan ekspresi amarah, maupun kenangan buruk yang sudah lama disimpan sehingga mengganggu pemikiran. Semua perasaan emosi itu merupakan sifat manusiawi yang diberikan Allah. Untuk membuat perasaan itu lebih tenang, Allah telah memberikan semua penawarnya. Sesuai dengan firman Allah "*dan kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian*" (QS Al-Isra: 82). Menunaikan shalat adalah salah satu cara agar pikiran dan hati menjadi tenang. Shalat yang khusyuk dengan penuh dengan penghayatan akan mendapatkan energi positif. Allah juga berfirman "*hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolong mu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar*" (QS. Al-Baqarah: 53).

Rahmasari (2020) dalam bukunya yang berjudul *Self Healing is Knowing Your Own Self* menyebutkan macam-macam *self healing* seperti memaafkan, memiliki rasa syukur dan membantu orang lain. Banyak sekali manfaat dari memiliki rasa memaafkan, bersyukur dan membantu orang lain. *Self healing* menurut Islam adalah mendekatkan diri kepada Allah dengan cara beribadah serta bersabar dan tawakal kepada-Nya (Rahmasari, 2020). Dengan cara ini seseorang merasakan kedekatan dengan sang pencipta-nya, hal ini membuat diri seseorang memiliki ketenangan dan ketentraman sangat luar biasa. Dapat disimpulkan dari penjelasan yang ada di atas, Allah telah menyiapkan segala obat dari penyakit yang telah disebutkan pada Hadits yang diriwayatkan oleh Imam Muslim "*semua penyakit pasti memiliki obat. Bila sebuah obat sesuai dengan penyakitnya maka dia akan sembuh dengan seizin Allah subhanau wata'ala*".

Gangguan kondisi psikologis atau mental kerap menghantui remaja atas hal-hal yang ditemuinya sehari-hari. Jelas dikatakan dibanyak penelitian, bahwa remaja dalam rentang usianya mengalami ketidakstabilan atau kelabilan psikologis. Sehingga akan memengaruhi kemampuan berpikirnya secara logis dalam menentukan sikap diri. Di samping itu rentang usia remaja adalah fase di mana mereka cenderung memendam persoalan dan mencoba meredam persoalan tanpa mau berbagi dengan orang-orang yang sebenarnya memiliki kredibilitas dalam mencari jalan keluar. Akan tetapi mereka cenderung menutup diri dan mencoba melakukan yang dianggap sebagai jalan keluar. Remaja yang mengalami peristiwa yang traumatik dan musibah lainnya terkadang tidak dapat mengendalikan emosinya dan tidak dapat mengatasi stress, remaja tersebut dapat menjerumuskan dirinya kedalam hal-hal yang negatif, seperti pergaulan bebas dan menggunakan obat-obatan terlarang (Marcha Nurriyana & Ina Savira, 2021).

*Self healing* ini dilakukan oleh diri sendiri, karena dirilah yang memahami apa yang dibutuhkan dan yang dirasakan. *Self healing* merupakan proses pemulihan yang umumnya terjadi akibat gangguan psikologis, trauma dan semacamnya yang disebabkan oleh orang lain ataupun diri sendiri yang didapat pada masa lalu. Fakta menunjukkan bahwa dalam kehidupan sehari-hari, pengungkapan diri (*self disclosure*) berlangsung tidak hanya dalam komunikasi dan interaksi langsung antar manusia, tetapi dapat terjadi melalui media perantara, yaitu melalui media sosial. Sementara di media sosial, persentase ini meningkat menjadi 80% lewat unggahan-unggahan yang dibagikan. Hal tersebut terjadi karena dalam kehidupan nyata, pengguna tidak memiliki banyak waktu untuk berpikir, ekspresi, mimik wajah, dan bahasa tubuh tidak bisa membohongi lawan bicara kita. Lalu di media sosial, semua pengguna diberi kesempatan untuk mengatur hal yang ingin disampaikan, menonjolkan hal baik, memulas kekurangan, dan sebagainya. Jadi seseorang bisa menampilkan tentang dirinya ke orang lain sebagaimana yang ingin dilihat. Hal di atas dikuatkan oleh sebuah studi yang dilakukan oleh tim peneliti dari Universitas Wisconsin, Amerika Serikat, yang melibatkan 300 mahasiswa, yaitu sebanyak 70% responden membagikan perasaannya lewat media sosial, SMS, dan telepon (Arifiani, 2014).

Penelitian ini merujuk pada remaja, pertama remaja merupakan komponen masyarakat yang paling sering berhubungan langsung dengan teknologi informasi seperti media sosial. Peran remaja sangat penting dalam kehidupan dan juga memengaruhi tatanan sosial yang lebih besar. Kedua, Menurut data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO), diperkirakan sekitar 1 dari 7 anak usia 10 sampai 19 tahun mengalami masalah psikologis. Tak jarang terlihat di linimasa bahwa unggahan *quotes* islami tersebut juga banyak dilakukan oleh remaja-remaja di Instagram *story*-nya, peneliti menduga hal itu dilakukan sebagai bentuk dari *selfhealing*. Untuk melihat tujuan dari unggahan kutipan islami yang dilakukan, penelitian ini dijalankan dengan menggunakan analisis wacana kritis Teun A. Van Dijk.

Kartomiharjo (Wirahyuni, 2020) mengatakan bahwa analisis wacana merupakan cabang ilmu bahasa yang dikembangkan untuk menganalisis suatu unit bahasa yang lebih besar daripada sebuah kalimat. Pada pengaplikasiannya, analisis wacana tidak hanya bersumber dari bahasa tulis saja, tetapi dapat juga berupa bahasa lisan. Bahasa lisan yang dimaksud tentu bukan percakapan singkat, tetapi berupa narasi atau teks yang dibacakan. Analisis wacana kritis dapat diartikan bahwa tidak ada media massa yang sepenuhnya netral (Musyafa'ah, 2017) Sedangkan Wirahyuni (2020) menjelaskan bahwa analisis wacana kritis merupakan upaya pemberian penjelasan dari sebuah teks yang akan atau sedang dikaji oleh seseorang atau kelompok dominan yang mempunyai tujuan tertentu untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan. Analisis wacana kritis juga bertujuan untuk mengungkapkan makna yang disampaikan dan citra yang dibentuk dalam sebuah teks. Analisis wacana merupakan praktik pemakaian bahasa yang digunakan untuk menggambarkan suatu objek dengan mengaitkan ideologi di dalamnya. Berkaitan dengan itu, analisis wacana kritis dibentuk oleh struktur sosial, budaya serta wacana (Eriyanto, 2011).

Model analisis wacana kritis yang digunakan adalah model analisis wacana dari Teun A. van Dijk. Van Dijk dalam Wirahyuni (2020) mengatakan bahwa untuk menganalisis wacana mengenai politik, ras, gender, kelas sosial, hegemoni, dan lain-lain. Secara kritis dapat menggunakan AWK atau analisis wacana kritis sebagai teori analisis. Kemudian van Dijk

membagi tingkatan-tingkatan dalam suatu teks menjadi struktur makro, super struktur, dan struktur mikro. Ketiga struktur ini dibangun oleh elemen-elemen tertentu yang dapat dikaji saat melakukan analisis wacana kritis terhadap sebuah teks. Inti analisis wacana van Dijk adalah menggabungkan ketiga dimensi wacana tersebut ke dalam satu kesatuan analisis (Fitriana, 2019). Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis wacana kritis Teun A. Van Dijk pada unggahan *quotes* islami sebagai sarana *self healing* remaja di Instagram.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif. (Lexy, 2000) menyatakan penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dan lisan tentang sifat individu, keadaan, gejala dari kelompok tertentu yang dapat diamati. Penelitian deskriptif, yakni mendeskripsikan suatu objek atau kejadian yang menjadi bahan kajian dalam penelitian dengan cermat (Asiyah et al., 2017). Metode penelitian ini menggunakan analisis wacana Van Dijk, yang mana dalam penelitian ini dilihat dari tiga dimensi yakni dimensi teks, dimensi kognisi sosial, dan dimensi konteks sosial. Inti analisis wacana adalah menggabungkan ketiga dimensi wacana tersebut ke dalam satu kesatuan. Dalam dimensi teks, yang diteliti adalah bagaimana struktur teks dan strategi wacana yang dipakai untuk menegaskan suatu tema tertentu. Pada tingkat kognisi sosial dipelajari proses produksi berita yang melibatkan kognisi individu penulis berita. Aspek ketiga adalah mempelajari bangunan wacana yang berkembang di masyarakat.

Pada penelitian ini, peneliti akan berfokus pada menganalisis kandungan dimensi Van Dijk dalam unggahan *quotes islami* yang dilakukan oleh remaja Islam di Akun Instagramnya (pada fitur *Instastory*). Ada pun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer pada penelitian ini adalah semua kalimat pada *Instastory* yang mengandung struktur makro, super struktur, dan struktur mikro pada unggahan remaja Islam di Akun Instagramnya. Sedangkan sumber data sekunder berupa buku-buku referensi, artikel jurnal, dan dokumen yang relevan dengan kajian. Data yang diambil dari objek penelitian ini dianalisis dengan terlebih dahulu diklasifikasikan sesuai struktur atau elemen teks yang membentuknya sesuai dengan analisis wacana model Van Dijk. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel untuk mempermudah pembacaan klasifikasi struktur. Sementara itu, pembahasan mengenai hasil analisis diuraikan dalam bentuk deskripsi.

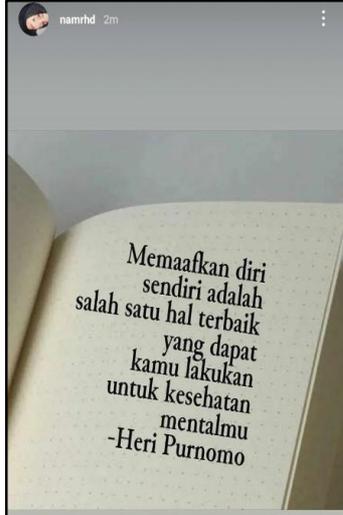
## Hasil dan Pembahasan

Media sosial banyak sekali digunakan oleh masyarakat, beberapa pengguna media sosial menjadikan akunnya sebagai media edukasi (Hero & Astini, 2023), hiburan (Mahmudah et al., 2023), penyebaran informasi (Tia Nur Amrina et al., 2023) dan penyaluran ekspresi (Wahyuni & Komara, 2023). Penelitian ini dijalankan atas dasar banyaknya unggahan kutipan (*quotes*) islami yang diunggah oleh remaja melalui pemanfaatan media sosial Instagram dengan penggunaan *Instastory* sebagai sarana *self healing* remaja. Adanya fenomena terkait pengunggahan *quotes* islami oleh remaja Islam di media sosial, peneliti mengelompokkan dimensi berdasarkan analisis wacana kritis Van Dijk, yang mana dimensi dari analisis

wawancara kritis Van Dijk memiliki 3 (tiga) dimensi yakni teks, kognisi Sosial dan konteks sosial.

## Dimensi Teks

Tabel 1. Hasil Analisis Dimensi Teks *Quotes* Islami

<i>Quotes</i> Islami	Dimensi Teks
	Hasil Analisis
 <p data-bbox="199 1108 662 1243">“Memaafkan diri sendiri adalah salah satu hal terbaik yang dapat kamu lakukan untuk kesehatan mentalmu”</p>	<p data-bbox="686 560 1388 660"><b>Struktur makro</b> Tematik teks yaitu tentang mengingat diri untuk kesehatan mental.</p> <p data-bbox="686 705 1388 884"><b>Superstruktur</b> Skematik teks menunjukkan rasa penyesalan yaitu dengan memaafkan diri sendiri. Selanjutnya penulis juga menyinggung kesehatan mental agar tidak terganggu dengan tidak menyesali yang sudah terjadi.</p> <p data-bbox="686 929 1388 1108"><b>Struktur mikro</b> Semantik teks ini berupa rasa penyesalan terhadap yang telah terjadi di masa lalu, sehingga tidak mengganggu pikiran yang dapat mengakibatkan kesehatan mental terganggu.</p> <p data-bbox="686 1108 1388 1176">Sintaksis teks berupa pendapat yang dirasakan dengan menggunakan kalimat tidak langsung.</p>
 <p data-bbox="199 1769 662 1915">“Terlalu memikirkan komentar buruk dari orang lain terhadap diri kita dapat mengganggu kesehatan mental kita”</p>	<p data-bbox="686 1254 1388 1355"><b>Struktur makro</b> Tematik teks yang disampaikan yaitu tentang pengaruh komentar negatif terhadap mental seseorang.</p> <p data-bbox="686 1400 1388 1624"><b>Superstruktur</b> Skematik teks ini menunjukkan apa yang dirasakan dengan melihat pandangan orang lain dapat mengganggu kesehatan mental, berupaya untuk tidak memikirkan apa yang orang lain pikirkan tentang dirinya.</p> <p data-bbox="686 1668 1388 1848"><b>Struktur mikro</b> Semantik teks ini berupa rasa kekhawatiran dan takut terhadap pandangan atau ucapan orang lain terhadap diri kita yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang.</p> <p data-bbox="686 1848 1388 1915">Sintaksis teks ini berupa pendapat yang dirasakan dengan menggunakan kalimat tidak langsung.</p>



*“Takut akan kegagalan seharusnya tidak menjadi alasan untuk tidak mencoba sesuatu”*

### Struktur makro

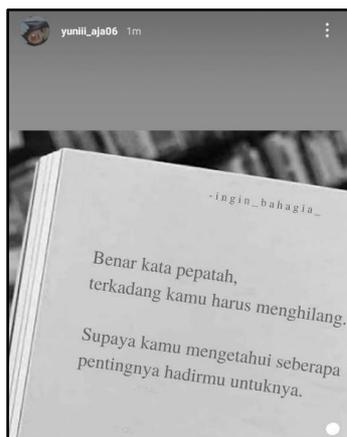
Tematik teks tersebut menunjukkan adanya rasa ketakutan akan gagal yang menjadi hambatan kesuksesan.

### Superstruktur

Skematik dalam teks tersebut dimulai dengan ketakutan akan kegagalan yang dirasakan oleh penulis, pembaca dapat mengetahui bahwa penulis memiliki kekhawatiran. Selanjutnya ketakutan tersebut membuatnya tidak ingin mencoba melakukan sesuatu yang lain.

### Struktur mikro

Semantik pada teks ini berupa rasa takut terhadap kegagalan, serta pengingat diri sendiri untuk tetap mencoba sesuatu dengan tidak memikirkan kegagalan. Sintaksis teks ini berupa pendapat yang dirasakan dengan menggunakan kalimat tidak langsung.



*“Benar kata pepatah, terkadang kamu harus menghilang. Supaya kamu mengetahui seberapa pentingnya hadirmu untuknya”*

### Struktur Makro

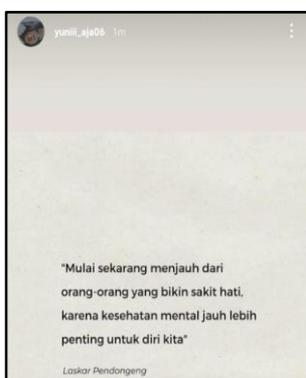
Tematik teks ini yaitu pengingat diri sendiri untuk kesehatan mental.

### Superstruktur

Skematik teks ini menunjukkan adanya rasa waspada untuk percaya pada orang lain, dan lebih menjaga diri agar kesehatan mental tidak terganggu.

### Struktur Mikro

Semantik teks ini berupa rasa kewaspadaan terhadap pada siapa dan apa yang terjadi kedepannya. Sintaksis teks ini pendapat yang dirasakan dengan menggunakan kalimat langsung.



*“Mulai sekarang menjauh dari orang-orang yang bikin sakit hati, karena*

### Struktur Makro

Tematik teks ini yaitu kekecewaan pada seseorang.

### Superstruktur

Skematik teks ini menunjukkan pendapat yang sama dalam menilai seseorang tentang dirinya, selanjutnya adanya harapan pada seseorang tersebut.

### Struktur Mikro

Semantik teks ini berupa pengharapan terhadap seseorang mengenai seberapa penting dirinya. Sintaksis teks ini pendapat yang dirasakan dengan menggunakan kalimat tidak langsung.

*kesehatan mental jauh lebih penting  
 untuk diri kita”*

Sumber: hasil penelitian

Unggahan *quotes* di Instagram *story* oleh remaja terlihat jelas bahwa teks yang dianalisis adalah keterkaitan unggahan *quotes* dengan kesehatan mental seorang remaja. Berikut beberapa temuan yang peneliti dapatkan dalam teks: (1) Sebagian besar *quotes* yang dibagikan ke Instagram *story* oleh remaja tersebut memiliki tematik atau topik yang sama yaitu ungkapan rasa yang sedang dirasakan, sedang dialami, sedang difikirkan sehingga *quotes* tersebut memiliki ciri-ciri yang sama, berupa ungkapan rasa yang sedang dirasakan. (2) Beberapa dari *quotes* yang diunggah oleh remaja seringkali menyinggung tentang kesehatan mental. (3) Skematik pada *quotes* yang dibagikan oleh remaja berdasarkan ungkapan rasa serta keluhan yang sedang dialami atau sedang terjadi. (4) Semantik dari *quotes* yang diunggah oleh remaja memiliki maksud dan tujuan yang sama yaitu sama-sama membagikan apa yang sedang dirasakan melalui unggahan *quotes* di *Instastory*. (5) Sintaksis dari *quotes* tersebut menunjukkan ungkapan dan pendapat yang sedang dirasakan, dari kedelapan remaja yang mengunggah *quotes* tersebut lebih dominan menggunakan kalimat tidak langsung, seperti kata “dia, kamu, kita, dan mereka” yang dimana kata tersebut tidak bisa dipastikan siapa yang ingin ditujukan. (6) Stilistik atau gaya bahasa dari *quotes* di *Instastory* oleh remaja tidak memiliki bahasa khas, pemilihan kata yang sederhana mudah dimengerti oleh masyarakat yang melihat unggahan tersebut. (7) Retoris dari *quotes* yang dibagikan oleh remaja memiliki semua elemen yaitu grafis dan bagian mana yang ingin ditonjolkan sehingga pembaca bisa menyadarinya. Elemen metafora, yaitu memperjelas pesan utama dari beberapa ungkapan atau kutipan pendapat orang lain, tentu saja *quotes* memiliki elemen metafora karena *quotes* merupakan kata-kata atau frasa yang diulang persis dari sebuah teks maupun kata-kata seseorang yang dikutip kembali. Selanjutnya elemen ekspresi yang bertujuan untuk membantu menonjolkan atau menghilangkan bagian tertentu dari suatu teks yang disampaikan. (8) Berdasarkan poin tersebut dapat peneliti simpulkan bahwa teks yang dibagikan oleh remaja cenderung menyampaikan isi pesan yang pro atau keberpihakan terhadap *quotes* yang diunggah. Dikatakan sebagai pesan yang pro karena terlihat bahwa tema unggahan di *Instastory* selalu tertuju kepada apa yang dirasakan dan sedang terjadi yang mana dari unggahan tersebut terlihat bahwa tujuan mereka membagikan unggahan tersebut ingin menunjukkan kepada khalayak mengenai isi *quotes* tersebut.

## Dimensi Kognisi

Tabel 2. Hasil Analisis Dimensi Kognisi Sosial *Quotes* Islami

Dimensi Kognisi Sosial			
Quotes Islami		Hasil Analisis	
Akun	Namira Ramadhani (@namrhd)	Ramadhani	Namira Ramadhani (@namrhd) menyatakan bahwa ia tidak mengunggah <i>quotes</i> setiap hari, tapi ketika merasa butuh tempat cerita. Disini juga Namira Ramadhani (@namrhd) menyatakan bahwa ia sering

---

membuat *story* di Instagram berupa unggahan *quotes* yang berisikan pesan seperti apa yang sedang dialaminya. Namira Ramadhani (@namrhd) mengatakan bahwa ketika ia mengunggah sesuatu di *Instastory*, ia merasa kesepian. Namira Ramadhani (@namrhd) mendefinisikan kesepian di mana ketika ia dikelilingi oleh banyak orang, namun tidak ada yang bisa mengerti dengan dirinya. Karena, tujuan Namira Ramadhani (@namrhd) membuat *story* di Instagram adalah untuk mencari teman yang bisa mengerti dengan dirinya.

*“Aku tidak setiap hari bagiin story di Instagram, apalagi quotes. Kalo story tentang quotes itu biasanya saat aku lagi merasa down, terus nemu quotes yang sama seperti aku lagi rasain aku bagikan di Instagram story. Kalo aku bagiin story seperti muka aku atau video lain orang tidak akan tahu yang aku rasain, jadi dengan quotes aku bisa mengekspresikan emosi aku melalui itu. Jadi aku dapat respon dari teman-teman follower. Semakin banyak replay story atau balas story ku, semakin aku ngerasa kesepian. Aku mendefinisikan kesepian itu ketika aku dikelilingi banyak orang, banyak yang ngechat, banyak notif, tapi aku ngerasa ga ada satu orangpun yang bisa ngertiin aku. Dengan semakin banyak match, itu justru semakin memperjelas aku sedang kesepian dan butuh seseorang yang bisa ngertiin aku. Rasanya sedih. Kayak ya sedih aja, seakan-akan kebahagiaan ku bergantung dengan orang lain”.*

---

Akun Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala\_93)

Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala\_93) menyatakan bahwa alasan besar ia mengunggah *quotes* melalui Instagram *story* adalah karena kekhawatiran dan ketakutan yang sedang ia rasakan. Berdasarkan dokumentasi unggahan *story* yang ada terlihat bahwa Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala\_93) ingin mengeluarkan apa yang sedang ia rasakan.

*“Gimana ya kak, ya quotes yang saya bikin story itu ya berdasarkan apa yang saya rasain. Saya sering bikin story quotes-quotes di Instagram itu seperti yang sama dengan yang saya rasain”*

Alasan Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala\_93) membagikan *quotes* di Instagram *story* karena bisa mengekspresikan apa yang sedang ia rasakan melalui unggahan teks *quotes*.

*“Saya sering kehilangan konsentrasi dalam pelajaran karena memikirkan masalah yang ada. Jujur ya kak, saya jarang curhat ke siapapun karena takut dengan tanggapan orang lain. Saya sebenarnya introvert kak,*

---

Akun Rafika (@jj_rfk)	ga banyak teman dan jarang keluar rumah seperti orang lain”.
	<p>Rafika (@jj_rfk) menyatakan bahwa ia selalu mengunggah <i>story</i> di Instagram <i>story</i> karena ingin mengutarakan yang sedang ia rasakan dengan membagikannya melalui Instagram <i>story</i> yang akan hilang 24 jam kedepannya.</p> <p><i>”Iya kak aku pernah dan sering bagiin quote-quote gitu di Instagram story. Karena bagi aku gimana yah, lebih ke mengutarakan apa yang aku rasain dengan orang lain yang ngeliat story aku di instagram. Karena aku sering buka dan main Instagram, ya aku lebih sering bagiin quotes di Instagram story karena kan storynya bakalan hilang dalam 24 jam gitu kak.”</i></p>
Akun Ririn Martelia (@ririn_martelia07)	<p>Ririn Martelia (@ririn_martelia07) menyatakan bahwa ia memiliki kekhawatiran dan ketakutan yang sedang ia alami dan rasakan. Ririn Martelia (@ririn_martelia07) juga mengatakan bahwa ia membagikan <i>quotes</i> di Instagram <i>story</i> sebagai pengingat diri dan juga orang lain.</p> <p><i>”Iya lumayan sering aku upload quotes di Instagram story kak, menurut aku dengan baca quotes aja aku merasa “oh iya ya, harusnya gini, harusnya gitu,” jadi dengan aku bagiin quotes tersebut bisa jadi dan mana tau mungkin ada yang sependapat atau ngerasain apa yang aku rasain.”</i></p> <p>Ririn Martelia juga merasa bahwa dengan membagikan <i>quotes</i> di Instagram <i>story</i> bisa sedikit menenangkan hati dan pikirannya.</p> <p><i>”Quotes yang aku bagiin biasanya tentang perasaan pribadi seseorang yang sedang mengalami masalah hidup atau masalah-masalah pribadi.”</i></p>
Akun Yulia Eka Putri @yuliaekaputree	<p>Yulia Eka Putri @yuliaekaputree juga menyatakan bahwa ia lebih memilih tidak ingin bercerita tentang apa yang dialami dan dirasakan dengan orang lain, ia lebih memilih membagikan apa yang ia rasakan dengan membagikan unggahan <i>quotes</i> di Instagram <i>story</i> yang dapat dilihat oleh khalayak atau pengikut media sosial Instagramnya.</p> <p><i>”Menurut aku dengan aku cerita ke orang lain tentang masalahku, belum tentu dapat menjawab pertanyaan-pertanyaanku. Jadi aku memilih mengutarakan perasaanku melalui quotes yang aku bagikan.”</i></p> <p>Yulia Eka Putri @yuliaekaputree membagikan unggahan <i>quotes</i> di Instagram <i>story</i> untuk melihat apakah ada yang merasakan apa yang sedang ia alami atau rasakan.</p> <p><i>”Aku juga mau lihat ada ga sih orang yang sama kaya aku, lagi di fase yang benar-benar butuh hiburan.”</i></p>

Merujuk pada hasil wawancara bersama narasumber untuk menjawab pada dimensi kognisi sosial tersebut. Diketahui bahwa alasan dari teks itu muncul, karena remaja ingin mengungkapkan perasaan atau emosi yang sedang dirasakan atau sedang dialami sehingga memilih untuk membagikan unggahan *quotes* di Instagram *story*. Tentunya selain ingin mengungkapkan perasaannya, remaja juga ingin memberikan motivasi kepada khalayak atau pengikut media sosial Instagram seperti apa yang mereka rasakan.

Sumber: hasil penelitian

Merujuk pada hasil analisis kognisi sosial kedelapan *quotes* di *Instastory* oleh remaja tersebut peneliti mengidentifikasi bagaimana teks diproduksi dan cara memandang suatu realitas sosial yang melahirkan teks tersebut. Isi *quotes* yang dibagikan oleh remaja tersebut berdasarkan: (1) Sebagian besar kognisi sosial dari unggahan *quotes* di *Instastory* oleh remaja tersebut memiliki banyak kesamaan di mana alasan teks tersebut diproduksi berdasarkan pendapat atau perasaan yang muncul dari pembuat atau yang membagikan *quotes* tersebut. (2) Beberapa remaja yang membagikan *quotes* ada yang menyinggung kesehatan mental. Isi dari *quotes* tersebut berupa adanya kekhawatiran, ketakutan, perasaan bersalah yang merupakan salah satu gejala dari kesehatan mental. Tentunya ada keterkaitan dari pengunggah *story* yaitu remaja yang mengunggah *quotes* dengan kesehatan mental mereka sebagai seorang remaja. (3) *Quotes* yang diunggah melalui Instagram tersebut selain sebagai *self reminder* atau pengingat diri juga mengarah pada target atau tertujukan pada seseorang dalam isi dari *quotes* yang dibagikan. Unggahan *quotes* di cerita Instagram diproduksi berdasarkan pendapat ataupun perasaan yang muncul pada saat mengunggah *quotes* tersebut, *quotes* yang diunggah oleh remaja cenderung menyinggung kesehatan mental dan sebagai pengingat untuk diri dan orang lain.

## Dimensi Konteks Sosial

Tabel 3. Hasil Analisis Dimensi Konteks Sosial *Quotes* Islami

Quotes Islami		Hasil Analisis
Akun (@mamrhd)	Namira Ramadhani	Namira Ramadhani (@mamrhd) menyatakan bahwa ia mendapat respon atau umpan balik dari pengguna Instagram yang melihat unggahan <i>quotes</i> nya di Instagram <i>story</i> . “Kalo saya bikin <i>story</i> di Instagram tentang <i>quotes</i> seperti isi kata-kata <i>quotes</i> nya itu <i>deep</i> atau dalam banget gitu ada yang <i>reply story</i> atau <i>balas story</i> aku itu kak. Seperti “setuju”, “bener banget” yang <i>balas kak</i> . Namira Ramadhani (@mamrhd) membagikan <i>quotes</i> di Instagram mendapat respon tanggapan positif dari

---

	masyarakat pengguna Instagram yang melihat <i>story</i> nya.
Akun Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala_93)	Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala_93) menyatakan bahwa ia seringkali mendapat tanggapan dari teman Instagramnya yang melihat ia mengunggah <i>story</i> di Instagram berupa <i>quotes</i> . Ia juga mendapat tanggapan positif dan negatif. <i>"Aku kalo bikin story tentang quotes ya kak sering di komenin yang positif kayak "true". "setuju" kalo yang negatifnya paling dari temen deket gitu kak "bisa aja lu" "omong kosong" "sok bijak banget lu" "gitu sih kak".</i> Cakrawala Alfredo Hsb (@cakrawala_93) mendapatkan tanggapan berupa positif dan negatif ketika ia mengunggah <i>story</i> tentang <i>quotes</i> di Instagram.
Akun Rafika (@jj_rfk)	Rafika (@jj_rfk) menyatakan bahwa ia membagikan <i>quotes</i> di Instagram <i>story</i> karena ingin melihat apakah ada yang sama dengannya yaitu merasa bahwa ada kekurangan di dalam dirinya sehingga ia menginginkan perubahan di dalam dirinya untuk menjadi lebih baik. <i>"Aku pengen lihat tanggapan orang mengenai quotes yang aku bagiin, karena biasanya quotes yang aku bagiin di Instagram story itu tentang reminder gitu kak. Jadi aku pengen liat nih ada gak ya yang merasakan hal yang sama seperti yang aku rasain sekarang ini."</i> Rafika (@jj_rfk) menginginkan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang menggajal di pikirannya mengenai perubahan dalam dirinya tersebut. <i>"Gini kak, aku butuh tanggapan mereka untuk menjawab pertanyaan yang selama ini aku ingin. Aku orangnya sedikit tidak bisa terbuka dengan orang lain, jadi aku ga bisa nanya langsung mengenai masalah yang aku hadapi sekarang ini."</i>

---

Sumber: hasil penelitian

Merujuk pada hasil analisis konteks sosial kedelapan *quotes* tersebut peneliti mengidentifikasi bagaimana tanggapan dari masyarakat pengguna Instagram. (1) Remaja yang membagikan unggahan *quotes* di *Instastory* mendapat respon, umpan balik, atau tanggapan dari masyarakat pengguna Instagram yang melihat *story* tersebut menyatakan bahwa terdapat respon positif dan negatif. Respon atau tanggapan positif dari pengguna Instagram lain itu menunjukkan pendapat yang sama aka isi *quotes* yang telah dibagikan tersebut. Respon atau tanggapan negatif yang dimaksudkan bukanlah respon yang mengatakan "tidak" atau "tidak setuju" melainkan cemooh atau ledakan semata yang dapat menjatuhkan mental seseorang. (2) Adanya motif atau alasan membagikan *quotes* di *Instastory* tersebut untuk melihat dan menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan dari dalam diri remaja yang masih

mempertanyakan jati diri dan bagaimana bersikap yang baik untuk kedepannya. (3) Respon atau tanggapan yang tidak diinginkan oleh pembuat *story* membuat beberapa remaja merasa masih ada yang salah dalam dirinya sehingga seringkali remaja terbawa suasana dan merasa *down* akibat permasalahan yang sedang dihadapi. Unggahan *quotes* di cerita Instagram remaja mendapatkan tanggapan positif (setuju, sesuai dengan yang di unggah) dan tanggapan negatif (menolak, tidak setuju, dan mencemooh sehingga menjatuhkan mental pengunggah). Motif dari unggahan tersebut salah satunya adalah mencari jawaban atas pertanyaan dalam diri.

## Kesimpulan

Kehadiran media sosial Instagram sebagai wadah komunikasi bagi masyarakat juga di manfaatkan oleh penggunanya untuk dijadikan sebagai sarana penyembuhan dan atau pemulihan mental, istilah penyembuhan mental yang di kenal dengan *self healing* dilakukan sebagian orang dengan cara membaca, melihat postingan yang berisikan kutipan (*quotes*) islami. Adapun kesimpulan dari penelitian ini dikelompokkan berdasar tiga dimensi yakni; (1) Dimensi teks: remaja yang mengunggah *quotes* di *Instastory* dilakukan dengan tujuan untuk pengungkapan perasaan maupun emosi diri baik berupa keluhan, ketakutan, kekhawatiran, kesedihan yang dialami dan terjadi saat itu. Skematik: ungkapan rasa serta keluhan yang sedang dialami, semantik: membagikan apa yang sedang dirasakan, sintaksis yang di peroleh adalah unggahan *quotes* tersebut dominan menggunakan kalimat yang tidak langsung seperti penyebutan kata “dia, kamu, kita, dan mereka”. Stilistik atau gaya bahasa yang digunakan dari *quotes* yang diunggah tersebut adalah tidak memiliki bahasa yang khas, untuk retorik dari *quotes* yang diunggah adalah berdasar elemen metafora dan elemen ekspresi. (2) Sebagian besar kognisi sosial dari unggahan kutipan islami oleh remaja tersebut berdasar dari kesamaan makna yang terjadi antara teks dari kutipan dan perasaan atau kondisinya. Pengunggahan *quotes* islami selain mewakili perasaan dan kondisi remaja melainkan juga sebagai bentuk pengingat diri remaja. (3) Berdasarkan analisis konteks sosial, ke-8 *quotes* di *Instastory* remaja tersebut, peneliti mengidentifikasi terkait respon kerabat atau masyarakat yang sudah melihat unggahan *quotes* islami remaja tersebut, hasilnya adalah *Quotes* islami yang di unggah mendapatkan berbagai respon dari *viewers*.

## Referensi

- Al-Kandari, A., Melkote, S. R., & Sharif, A. (2016). Needs and Motives of Instagram Users that Predict Self-disclosure Use: A Case Study of Young Adults in Kuwait. *Journal of Creative Communications*, 11(2). <https://doi.org/10.1177/0973258616644808>
- Arifiani, S. (2014, August 1). *HASIL PENELITIAN : Duh, Curhat di Media Sosial Justru Bisa Bikin Anda Merasa Lebih Buruk*. Teknologi.Solopos.Com.
- Asiyah, Atmaja, A. W. T., & Herawati, N. T. (2017). Analisis Makna Keuntungan Menurut Pedagang Kaki Lima Di Sepanjang Jalan Ahmad Yani Singaraja. *E-Journal SI Ak Universitas Pendidikan Ganesha*, 7(1).
- Aviaty, I. N. (2018). *akwah Melalui Instagram: Studi Deskriptif Dakwah Kitabah Dalam Quote Instagram@tausiyahku\_Periode Bulan Oktober 2017*. UIN Sunan Gunung Djati.
- Bahrien, B., & Ardianty, S. (2017). Pengaruh Efektivitas Terapi Self Healing Menggunakan Energi Reiki terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1). <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1227>

- Bazarova, N. N. and Y. H. Choi. (2014). Self-Disclosure in Social Media: Extending the Functional Approach to Disclosure Motivations and Characteristics on Social Network Sites. *Journal of Communication*, 64(4), 635–657.
- BİLGİN, Y. (2018). THE EFFECT OF SOCIAL MEDIA MARKETING ACTIVITIES ON BRAND AWARENESS, BRAND IMAGE AND BRAND LOYALTY. *Business & Management Studies: An International Journal*, 6(1). <https://doi.org/10.15295/bmij.v6i1.229>
- Eriyanto. (2011). *Analisis Wacana (Pengantar Analisis Teks Media)*. PT. LKis Printing Cemerlang.
- Fitriana, R. A. (2019). ANALISIS WACANA KRITIS BERITA ONLINE KASUS PENIPUAN TRAVEL UMRAH (MODEL TEUN A. VAN DIJK). *BASINDO : Jurnal Kajian Bahasa, Sastra Indonesia, Dan Pembelajarannya*, 3(1). <https://doi.org/10.17977/um007v3i12019p044>
- Hero, E., & Astini, B. (2023). Mental Health Communication: The Phenomenon of Cyber Sexual Harassment Through Social Media. *Asian Journal of Media and Communication*, 7(1).
- Lexy, J. M. (2000). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Mahmudah, N., Purnamasari, D., & Nuswantoro, D. (2023). Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(variable X).
- Marcha Nurriyana, A., & Ina Savira, S. (2021). Mengatasi kehilangan akibat kematian orang tua : Studi fenomenologi self-healing pada remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(03).
- Musyafa'ah, N. (2017). Analisis Wacana Kritis Model Teun A. Van Dijk “Siswa Berprestasi Jadi Pembunuh.” *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 4(2).
- Rachma, F., Novita, S. O., Dewi, L. C., & Hyangsewu, P. (2022). Pengaruh Quotes Islami Terhadap Pola Pikir Seseorang. *Risalah : Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 8(1).
- Rahmasari, D. (2020). *Self Healing is Knowing Your Own Self*. Unevsa University Press.
- Sui, C. K. (2009). *Ilmu dan Seni Penyembuhan dengan Tenaga Prana*. PT. Elex Media Komputindo.
- Suls, J., & Wallston, K. A. (2009). Social Psychological Foundations of Health and Illness. In *Social Psychological Foundations of Health and Illness*. <https://doi.org/10.1002/9780470753552>
- Susanti, S. A., & Nur'aini, R. (2020). Islamic Education Through Islamic Quotes on Instagram: A Study on the Behavioral Changes of Millennial Muslim. *Proceeding International Conference on Science and Engineering*, 3. <https://doi.org/10.14421/icse.v3.596>
- Taufik, M., & Taufik, A. (2020). HIJRAH AND POP CULTURE: HIJAB AND OTHER MUSLIM FASHIONS AMONG STUDENTS IN LOMBOK, WEST NUSA TENGGARA. *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism*, 8(2). <https://doi.org/10.21580/tos.v8i2.5305>
- Tia Nur Amrina, Zalfa Mufidah, Zidan Khoirul Azmi, & Meity Suryandari. (2023). Respon Mahasiswa Iai Al-Aziz Dalam Menanggapi Konten Dakwah Islam di Media Sosial Tiktok. *ALADALAH: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, 1(1). <https://doi.org/10.59246/aladalah.v1i1.152>
- Wahyuni, R. S., & Komara, M. A. (2023). The Use of Expressions of Self Interjection and its Meaning on Social Media. *Dinamika*, 6(2). <https://doi.org/10.35194/jd.v6i2.3125>
- Wirahyuni, K. (2020). Analisis wacana kritis model Teun A. van Dijk pada pemberitaan Kompas dengan judul “di balik kasus penusukan wiranto dan penangkapan sejumlah terduga teroris”. *Jurnal Bahtera: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 7(1), 801–818.