

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi peran akun Instagram @ibunda.id dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental di kalangan pengikutnya. Berdasarkan wawancara dengan tiga informan yang aktif mengikuti akun ini, ditemukan bahwa konten yang disajikan oleh @ibunda.id mampu menarik perhatian dan mempengaruhi cara berpikir mereka mengenai isu kesehatan mental. Para pengikut memaknai konten secara aktif melalui posisi *preferred reading*, *negotiated reading*, dan *oppositional reading*, yang terbentuk karena preferensi terhadap pesan yang disampaikan. Konten yang bersifat relevan, informatif, dan interaktif menjadi kunci dalam menciptakan kesadaran dan perubahan sikap positif terhadap kesehatan mental. Meskipun akun ini efektif dalam menyampaikan pesan, terdapat tantangan dalam mencapai pemahaman penuh, terutama bagi pengikut yang berada pada posisi negosiasi atau oposisi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial, seperti Instagram, dapat menjadi alat edukasi yang efektif jika disertai dengan strategi komunikasi yang inklusif dan berbasis empati. Akun @ibunda.id berhasil menciptakan lingkungan yang mendukung bagi pengikutnya untuk lebih memahami dan merespons isu kesehatan mental secara kritis dan analitis.

Kata kunci: Instagram, kesehatan mental, @ibunda.id, pemaknaan aktif