

**Lampiran 1: Pedoman Wawancara**

| <b>Teori Sigmund Freud</b> | <b>Aspek</b>                           | <b>Indikator</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            | <b>Struktur Kepribadian</b>            | 4. Id<br>5. ego<br>6. Superego                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                            | <b>Mekanisme Pertahanan Ego</b>        | 9. Represi<br>10. Proyeksi<br>11. Rasionalisasi<br>12. Penyangkalan<br>13. Displacement<br>(pengalihan emosi)<br>14. Sublimasi (penyaluran emosi ke hal positif)<br>15. regresi (kembali ke perilaku kekanak-kanakan)<br>16. reaction formation<br>(menunjukkan sikap berlawanan) |
|                            | <b>Tahap Perkembangan Psikoseksual</b> | 1. Tahap oral<br>2. Tahap anal<br>3. Tahap phallic<br>4. Tahap latensi<br>5. Tahap genital                                                                                                                                                                                        |

## **Lampiran 2 : Instrumen Wawancara**

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Pekerjaan :

Hari/Tanggal Wawancara :

### **1. STRUKTUR KEPRIBADIAN**

#### **a. Id (Dorongan Emosional Spontan)**

- 1) Bagaimana perasaan terdalam Anda saat pertama kali menyadari bahwa pendapatan dari monetisasi konten Anda tidak stabil atau menurun?

Ceritakan!

- 2) Apa saja dorongan atau keinginan spontan (seperti ingin berhenti, marah, atau mengejar tren secara obsesif) yang muncul saat target monetisasi tidak tercapai? Bagaimana Anda menanggapi dorongan tersebut?

#### **b. Ego (Penyesuaian Realitas)**

- 1) Ceritakan bagaimana Anda menghadapi dan mengelola rasa cemas yang muncul akibat fluktuasi penghasilan atau ketidakpastian monetisasi di tengah tanggung jawab rumah tangga.
- 2) Apa saja yang biasanya Anda lakukan saat mengalami tekanan untuk terus produktif (membuat konten) sementara hasil monetisasi sedang tidak memuaskan?

- 3) Bagaimana Anda mengatur waktu dan tenaga agar tetap bisa berkarya dengan baik tanpa mengabaikan tugas sebagai ibu rumah tangga?

c. Superego (Konflik Moral dan Nilai)

- 1) Bisakah Anda menceritakan perasaan Anda ketika melihat kreator lain (sesama IRT) lebih sukses dalam monetisasi atau justru ketika mereka mengalami kegagalan yang sama?
- 2) Apa yang membuat Anda merasa seperti itu? Apakah ada rasa bersalah jika waktu untuk keluarga terpakai demi mengejar target monetisasi?
- 3) Dalam menghadapi ambisi monetisasi, nilai atau prinsip apa yang paling Anda pegang teguh agar tetap seimbang sebagai ibu rumah tangga?
- 4) Bagaimana nilai tersebut membentuk cara Anda mengambil keputusan (misalnya memilih jenis konten atau mengatur jadwal)?

## 2. MEKANISME PERTAHANAN EGO

- 1) Represi

Apakah ada pengalaman traumatis atau kegagalan besar dalam proses monetisasi yang cenderung ingin Anda lupakan atau sulit untuk dipikirkan kembali?

- 2) Proyeksi

Pernahkah Anda merasa bahwa kecemasan Anda akan kegagalan monetisasi sebenarnya bersumber dari kritik orang lain (suami/keluarga), padahal itu adalah kekhawatiran Anda sendiri?

- 3) Rasionalisasi

Bagaimana Anda menjelaskan kepada diri sendiri saat konten Anda gagal menghasilkan uang atau tidak disetujui untuk monetisasi? Apakah ada upaya meyakinkan diri bahwa hal itu "wajar"?

4) Denial (Penyangkalan)

Saat melihat tanda-tanda performa konten menurun, pernahkah Anda merasa hal itu tidak nyata atau hanya kesalahan sistem (algoritma) semata?

5) Displacement (Pengalihan)

Ketika Anda stres karena masalah monetisasi, ke mana biasanya emosi tersebut Anda arahkan? Apakah pernah terlampiaskan pada anak atau anggota keluarga lain?

6) Sublimasi

Bagaimana Anda menyalurkan stres akibat tekanan konten ke dalam aktivitas positif (misalnya memasak lebih rajin, olahraga, atau belajar *skill* baru)?

7) Regresi

Pernahkah Anda merasa ingin menyerah sama sekali dari tanggung jawab konten dan hanya ingin bermanja-manja atau mencari perlindungan emosional seperti saat masih kecil?

8) Reaction Formation

Pernahkah Anda tampil sangat ceria dan optimis di depan kamera/media sosial, padahal sebenarnya Anda sedang sangat cemas dengan kondisi keuangan dari konten tersebut?

### 3. TAHAP PERKEMBANGAN PSIKOSEKSUAL

#### a. Tahap Oral (Kepuasan & Kepercayaan)

- 1) Bagaimana Anda menggambarkan dukungan dan kenyamanan yang diberikan orang tua Anda di masa kecil terkait pemenuhan kebutuhan dasar?
- 2) Saat menghadapi kecemasan monetisasi, kepada siapa Anda mencari rasa aman? Apakah Anda cenderung mencari kenyamanan melalui makanan atau berbicara terus-menerus (kompulsif)?

#### b. Tahap Anal (Kontrol & Disiplin)

- 1) Dapatkah Anda menceritakan pengalaman masa kecil saat belajar disiplin atau mengikuti aturan keluarga?
- 2) Dalam mengelola akun media sosial dan target monetisasi, apakah Anda cenderung sangat perfeksionis (kaku) atau justru tidak teratur dalam jadwal unggahan?

#### c. Tahap Phallic (Inisiatif & Identitas)

- 1) Bagaimana perlakuan orang tua dahulu terhadap ide atau inisiatif pribadi yang Anda ajukan saat kecil?
- 2) Dalam persaingan dunia kreator, bagaimana Anda merespons dorongan untuk menunjukkan inisiatif atau membuktikan bahwa Anda mampu menghasilkan uang sendiri?

d. Tahap Latensi (Keterampilan Sosial)

- 1) Ceritakan pengalaman Anda dalam membangun pertemanan dan prestasi di masa sekolah.
- 2) Bagaimana Anda merespons tekanan untuk tetap eksis dalam komunitas sesama kreator di tengah kesibukan domestik?

e. Tahap Genital (Kematangan Hubungan)

- 1) Bagaimana peran suami atau lingkungan mendukung Anda dalam membangun karier sebagai kreator tanpa mengganggu stabilitas hubungan?
- 2) Saat menghadapi krisis monetisasi, apa yang Anda prioritaskan: memperbaiki hubungan emosional dengan keluarga atau fokus mengembangkan diri demi konten?

### Lampiran 3: Transkrip Observasi Informan Pertama

#### TRANSKRIP OBSERVASI

Nama : KB

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 35 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Hari/Tanggal : 3 Mei 2026

#### a. Struktur Kepribadian

| No | Aspek yang diamati              | Hasil (catatan pengamatan)                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Id (Dorongan Emosional Spontan) | Informan menunjukkan dorongan emosional berupa kecemasan dan kekecewaan saat pendapatan monetisasi tidak stabil. Meskipun demikian, dorongan tersebut direspons dengan mencari ide konten baru untuk tetap bertahan.                                                            |
| 2  | Ego (Penyesuaian Realitas)      | Informan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi dengan cara berhenti sementara saat kecewa, mencari aktivitas lain yang lebih produktif, serta kembali membuat konten ketika muncul ide. Pengaturan waktu antara pekerjaan rumah tangga dan konten juga dilakukan secara sadar. |
| 3  | Superego (Nilai dan Moral)      | Informan memiliki nilai bahwa peran sebagai ibu rumah tangga tetap menjadi prioritas. Keberhasilan kreator lain dijadikan motivasi dan pembelajaran, tanpa mengorbankan tanggung jawab keluarga. Tidak ada rasa bersalah karena mampu menjaga keseimbangan peran.               |
| 4  | Represi                         | Informan cenderung menekan pengalaman kegagalan monetisasi yang mengecewakan, seperti konten tidak viral, yang menyebabkan penurunan semangat dalam membuat konten.                                                                                                             |
| 5  | Proyeksi                        | Informan menyadari bahwa kecemasan yang dirasakan berasal dari dirinya sendiri, bukan dari tekanan atau kritik orang lain.                                                                                                                                                      |

| No | Aspek yang diamati                 | Hasil (catatan pengamatan)                                                                                                                                                |
|----|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6  | Rasionalisasi                      | Informan mencoba menerima kegagalan dengan menganggap hal tersebut wajar karena dipengaruhi oleh algoritma media sosial, meskipun sempat muncul keinginan untuk berhenti. |
| 7  | Denial<br>(Penyangkalan)           | Informan cenderung menyalahkan sistem atau algoritma platform ketika performa konten menurun.                                                                             |
| 8  | Displacement<br>(Pengalihan Emosi) | Emosi negatif dialihkan dengan cara diam, merajuk, dan menurunnya semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk pekerjaan rumah tangga.                        |
| 9  | Sublimasi                          | Informan berusaha mengalihkan kecemasan ke aktivitas positif seperti pekerjaan rumah, meskipun terkadang masih merasa malas.                                              |
| 10 | Regresi                            | Saat mengalami tekanan, informan kembali pada perilaku seperti merajuk yang menyerupai respons masa kanak-kanak.                                                          |
| 11 | Reaction Formation                 | Informan tetap tampil ceria di depan kamera meskipun sebenarnya sedang mengalami kecemasan terkait kondisi keuangan dari konten.                                          |

**b. Mekanisme Pertahanan Ego**

| No | Aspek yang diamati           | Hasil (catatan pengamatan)                                                                                                                                                |
|----|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Represi                      | Informan cenderung menekan pengalaman kegagalan monetisasi, seperti konten yang tidak viral, sehingga menimbulkan rasa malas untuk kembali membuat konten.                |
| 2  | Proyeksi                     | Informan menyadari bahwa kecemasan yang dirasakan berasal dari dalam diri sendiri, bukan karena pengaruh atau kritik dari orang lain.                                     |
| 3  | Rasionalisasi                | Informan mencoba menerima kegagalan dengan menganggap hal tersebut wajar karena dipengaruhi oleh algoritma media sosial, meskipun sempat muncul keinginan untuk berhenti. |
| 4  | Denial<br>(Penyangkalan)     | Informan cenderung menyangkal penyebab internal dan lebih menganggap penurunan performa konten sebagai kesalahan sistem atau platform.                                    |
| 5  | Displacement<br>(Pengalihan) | Emosi negatif akibat tekanan monetisasi dialihkan dengan cara diam, merajuk, dan menurunnya semangat dalam aktivitas sehari-hari.                                         |
| 6  | Sublimasi                    | Informan berusaha mengalihkan kecemasan ke aktivitas positif seperti mengerjakan pekerjaan rumah, walaupun tidak selalu dilakukan secara optimal.                         |
| 7  | Regresi                      | Saat menghadapi tekanan, informan kembali menunjukkan perilaku seperti merajuk, yang mencerminkan pola respons masa kanak-kanak.                                          |
| 8  | Reaction<br>Formation        | Informan tetap menampilkan sikap ceria dan optimis di depan kamera, meskipun sebenarnya sedang mengalami kecemasan terkait kondisi monetisasi.                            |

**c. Tahap Perkembangan Psikoseksual**

| No | Aspek yang diamati                       | Hasil (catatan pengamatan)                                                                                                                                                                                                |
|----|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Tahap Oral<br>(Kepercayaan & Kenyamanan) | Informan mendapatkan pemenuhan kebutuhan dasar sejak kecil. Dalam menghadapi kecemasan, informan mencari kenyamanan melalui keluarga dan cenderung mengekspresikan perasaan dengan banyak berbicara.                      |
| 2  | Tahap Anal<br>(Kontrol & Disiplin)       | Informan dididik untuk disiplin sejak kecil. Namun dalam praktik saat ini, pengelolaan jadwal konten menjadi tidak teratur ketika mengalami kekecewaan.                                                                   |
| 3  | Tahap Phallic<br>(Inisiatif & Identitas) | Informan terbiasa didukung oleh orang tua dalam mengembangkan inisiatif. Hal ini tercermin dalam semangat untuk membuktikan diri mampu sukses sebagai kreator saat melihat keberhasilan orang lain.                       |
| 4  | Tahap Latensi<br>(Keterampilan Sosial)   | Informan memiliki kemampuan sosial yang baik sejak sekolah, ditunjukkan dengan banyaknya relasi pertemanan, meskipun tidak menonjol dalam prestasi. Hal ini berlanjut dalam interaksi dengan audiens.                     |
| 5  | Tahap Genital<br>(Kematangan Hubungan)   | Informan menunjukkan kematangan dalam hubungan dengan lebih memprioritaskan keharmonisan rumah tangga dibandingkan pencapaian monetisasi. Dukungan keluarga tetap menjadi faktor penting dalam aktivitas sebagai kreator. |

**Lampiran 4: Transkrip Wawancara Informan pertama****TRANSKRIP WAWANCARA**

Nama : KB  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 35 Tahun  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Hari/Tanggal : 4 Mei 2026

| Verbatim                                                                                                                                           | No Baris              | Komentar Eksploratoris                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Id</b>                                                                                                                                          |                       |                                                                                                                                                                         |
| <b>P:</b> Bagaimana pendapatan dari monetisasi memenuhi kebutuhan fisiologis? Ceritakan!                                                           |                       |                                                                                                                                                                         |
| <b>S:</b> Tidak memenuhi tapi bisa menghidupi, seperti untuk kebutuhan sehari-hari meskipun tidak menentu.                                         | 1<br>2<br>3<br>4      | Responden menunjukkan kebutuhan fisiologis belum sepenuhnya terpenuhi. Dorongan id terlihat dari fokus pada pemenuhan kebutuhan dasar meskipun pendapatan tidak stabil. |
| <b>P:</b> Apa dorongan saat monetisasi tidak stabil?                                                                                               |                       |                                                                                                                                                                         |
| <b>S:</b> Saya mengalami kecemasan dan kekecewaan karena konten tidak menghasilkan. Saya biasanya mencari konten yang menarik untuk diupload lagi. | 5<br>6<br>7<br>8<br>9 | Dorongan emosional berupa kecemasan dan kekecewaan menunjukkan dominasi id. Namun terdapat usaha awal untuk bangkit melalui pencarian ide konten baru.                  |

| Verbatim                                                                                    | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ego</b>                                                                                  |                |                                                                                                         |
| <b>P:</b> Bagaimana mengelola kecemasan akibat penghasilan tidak stabil?                    |                |                                                                                                         |
| <b>S:</b> Saya biasanya berhenti sejenak karena kecewa dengan pendapatan yang tidak stabil. | 10<br>11<br>12 | Ego bekerja dengan memberikan jeda sebagai bentuk pengendalian emosi dan penyesuaian terhadap realitas. |

| Verbatim                                                                                               | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ego</b>                                                                                             |                      |                                                                                                                      |
|                                                                                                        | 13                   |                                                                                                                      |
| <b>P:</b> Apa yang dilakukan saat tekanan produktivitas tinggi?                                        |                      |                                                                                                                      |
| <b>S:</b> Saya mencari pekerjaan lain di rumah, dan jika ada ide konten saya langsung membuatnya lagi. | 14<br>15<br>16<br>17 | Strategi adaptif terlihat dari kemampuan mengalihkan aktivitas sambil tetap membuka peluang untuk kembali produktif. |
| <b>P:</b> Bagaimana mengatur waktu?                                                                    |                      |                                                                                                                      |
| <b>S:</b> Saya mengatur jadwal antara membuat konten dan pekerjaan rumah tangga.                       | 18<br>19<br>20<br>21 | Kemampuan manajemen waktu menunjukkan fungsi ego dalam menyeimbangkan peran.                                         |

| Verbatim                                                                         | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Superego</b>                                                                  |                      |                                                                                           |
| <b>P:</b> Apa yang dirasakan melihat kreator lain?                               |                      |                                                                                           |
| <b>S:</b> Saya merasa kecewa, tapi itu menjadi motivasi dan pelajaran bagi saya. | 22<br>23<br>24<br>25 | Superego terlihat dalam pengendalian emosi negatif menjadi motivasi yang lebih positif.   |
| <b>P:</b> Apakah ada rasa bersalah?                                              |                      |                                                                                           |
| <b>S:</b> Tidak ada, karena saya tetap mengutamakan keluarga.                    | 26<br>27<br>28       | Tidak adanya rasa bersalah menunjukkan nilai keluarga sudah terinternalisasi dengan baik. |
| <b>P:</b> Nilai utama yang dipegang?                                             |                      |                                                                                           |
| <b>S:</b> Saya adalah ibu rumah tangga dan tidak bisa hanya mengandalkan konten. | 29<br>30<br>31<br>32 | Nilai keluarga dan tanggung jawab menjadi pedoman utama dalam bertindak.                  |
| <b>P:</b> Pengaruh nilai pada konten?                                            |                      |                                                                                           |
| <b>S:</b> Saya fokus dan membagi waktu untuk membuat video.                      | 33<br>34             | Superego membentuk kontrol diri dalam proses pembuatan konten.                            |

| Verbatim                                                                            | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>Superego</b>                                                                     |                |                                                               |
|                                                                                     | 35             |                                                               |
| <b>P:</b> Pengaruh nilai pada jadwal?                                               |                |                                                               |
| <b>S:</b> Saya lebih teratur dalam membagi waktu antara konten dan pekerjaan rumah. | 36<br>37<br>38 | Kontrol diri yang baik menunjukkan internalisasi nilai moral. |

| Verbatim                                                                                              | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Represi</b><br>S: Saya sering kecewa saat konten tidak menghasilkan sehingga malas membuat konten. | 1<br>2<br>3<br>4 | Informan menekan pengalaman kegagalan yang menyakitkan sehingga memengaruhi motivasi. |
| <b>Proyeksi</b><br>S: Saya merasa kecemasan itu berasal dari diri saya sendiri.                       | 5<br>6<br>7      | Tidak ada proyeksi kuat ke orang lain, menunjukkan kesadaran diri yang baik.          |
| <b>Rasionalisasi</b><br>S: Saya merasa wajar karena ini dipengaruhi algoritma Facebook.               | 8<br>9<br>10     | Rasionalisasi digunakan untuk mengurangi kecemasan akibat kegagalan.                  |
| <b>Denial</b><br>S: Saya merasa ini karena sistem Facebook.                                           | 11<br>12<br>13   | Penyangkalan terhadap faktor internal dengan menyalahkan sistem eksternal.            |
| <b>Displacement</b><br>S: Saya lebih banyak diam, merajuk, dan malas melakukan hal lain.              | 14<br>15<br>16   | Emosi negatif dialihkan ke diri sendiri dan lingkungan sekitar.                       |
| <b>Sublimasi</b><br>S: Saya tetap berusaha melakukan pekerjaan rumah.                                 | 17<br>18<br>19   | Pengalihan emosi ke aktivitas positif meskipun belum optimal.                         |
| <b>Regresi</b><br>S: Saya merajuk saat mengalami masalah.                                             | 20<br>21<br>22   | Kembali ke pola perilaku kekanak-kanakan saat stres.                                  |

| Verbatim                                                                  | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                 |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------|
| <b>Reaction Formation</b><br>S: Saya tetap terlihat ceria meskipun cemas. | 23<br>24<br>25 | Menampilkan emosi berlawanan untuk menutupi kecemasan. |

| Verbatim                                                                     | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap oral</b>                                                            |                  |                                                                                       |
| P: Saat cemas, apa yang dilakukan?                                           |                  |                                                                                       |
| S: Saya mencari kenyamanan dari keluarga dan sering berbicara terus-menerus. | 1<br>2<br>3<br>4 | Menunjukkan kebutuhan akan kenyamanan dan dukungan emosional sebagai ciri tahap oral. |

| Verbatim                                       | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                             |
|------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap anal</b>                              |                  |                                                                                    |
| P: Bagaimana keteraturan dalam membuat konten? |                  |                                                                                    |
| S: Tidak teratur saat saya merasa kecewa.      | 5<br>6<br>7<br>8 | Menunjukkan kontrol yang fleksibel dan kurang terstruktur saat menghadapi tekanan. |

| Verbatim                                                             | No Baris            | Komentar Eksploratoris                                         |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap phallic</b>                                                 |                     |                                                                |
| P: Bagaimana respon terhadap persaingan kreator?                     |                     |                                                                |
| S: Saya bersemangat membuat konten saat melihat kreator lain sukses. | 9<br>10<br>11<br>12 | Menunjukkan dorongan inisiatif dan pembentukan identitas diri. |

| Verbatim                                                             | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                    |
|----------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------|
| <b>Tahap latensi</b>                                                 |                |                                                           |
| <b>P:</b> Bagaimana interaksi sosial?                                |                |                                                           |
| <b>S:</b> Saya banyak berinteraksi dengan orang lain melalui konten. | 13<br>14<br>15 | Menunjukkan kemampuan sosial yang berkembang dengan baik. |

| Verbatim                                                                  | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap Genital</b>                                                      |                      |                                                                            |
| <b>P:</b> Apa prioritas utama saat menghadapi masalah monetisasi?         |                      |                                                                            |
| <b>S:</b> Saya lebih menjaga hubungan dengan suami daripada fokus konten. | 16<br>17<br>18<br>19 | Menunjukkan kematangan emosional dengan memprioritaskan hubungan keluarga. |

## Lampiran 5: Transkrip Observasi Informan Kedua

### TRANSKRIP OBSERVASI

Nama : NP

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 40 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Hari/Tanggal : 6 Mei 2026

| No | Aspek yang diamati          | Hasil (catatan pengamatan)                                                                                                           |
|----|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Perilaku umum               | Informan menunjukkan peran ganda sebagai ibu rumah tangga dan kreator, tetap aktif membuat konten meskipun penghasilan tidak stabil. |
| 2  | Ekspresi wajah              | Ekspresi berubah-ubah; terlihat semangat saat membahas konten, namun tampak emosi dan kecewa saat membahas penurunan monetisasi.     |
| 3  | Gestur tubuh                | Gestur tubuh cenderung santai, tetapi menunjukkan ketegangan saat membahas tekanan ekonomi dan tanggung jawab keluarga.              |
| 4  | Interaksi sosial            | Informan aktif berinteraksi dengan audiens melalui konten dan live streaming.                                                        |
| 5  | Respons terhadap lingkungan | Responsif terhadap keberhasilan kreator lain, menjadikannya sebagai motivasi sekaligus pembelajaran.                                 |
| 6  | Pola komunikasi nonverbal   | Nada bicara cenderung stabil, namun meningkat saat membahas emosi seperti stres dan kecemasan.                                       |
| 7  | Aktivitas berulang          | Aktivitas pembuatan konten dilakukan secara fleksibel mengikuti kondisi rumah tangga, seperti saat subuh atau waktu senggang.        |

**a. Struktur Kepribadian**

**b. Mekanisme Pertahanan Ego**

| No | Aspek yang diamati          | Hasil (catatan pengamatan)                                                                    |
|----|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Perilaku umum               | Informan tetap berusaha produktif meskipun menghadapi tekanan monetisasi.                     |
| 2  | Ekspresi wajah              | Terkadang menampilkan ekspresi ceria di depan kamera meskipun mengalami tekanan internal.     |
| 3  | Gestur tubuh                | Menunjukkan tanda kelelahan dan stres ketika membahas kegagalan monetisasi.                   |
| 4  | Interaksi sosial            | Tetap menjaga hubungan dengan audiens sebagai bentuk adaptasi dan coping.                     |
| 5  | Respons terhadap lingkungan | Cenderung menyalahkan sistem (algoritma) saat performa konten menurun.                        |
| 6  | Pola komunikasi             | Lebih berhati-hati saat membahas konflik keluarga dan tekanan pribadi.                        |
| 7  | Aktivitas berulang          | Menyalurkan stres melalui aktivitas seperti membersihkan rumah atau melakukan live streaming. |

## Lampiran 6: Transkrip wawancara Informan Kedua

### TRANSKRIP WAWANCARA

Nama : NP

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 40 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Hari/Tanggal : 8 Mei 2026

| Verbatim                                                                                                                                                                                         | No Baris                     | Komentar Eksploratoris                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Id</b>                                                                                                                                                                                        |                              |                                                                                                                                                               |
| <b>P:</b> Bagaimana pendapatan dari monetisasi memenuhi kebutuhan fisiologis? Ceritakan!                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                               |
| <b>S:</b> Tabe', kalau dibilang memenuhi, belum di'. Tapi lumayan sekali dipake buat beli token listrik, bantu-bantu beli beras, sama jajan anak-anak. Intinya, tidak menetap tapi ada na bantu- | 1<br>2<br>3<br>4<br>5        | Responden menunjukkan kebutuhan fisiologis belum sepenuhnya terpenuhi. Dorongan id tampak dari fokus pada pemenuhan kebutuhan dasar (makanan, listrik, anak). |
| <b>P:</b> Apa dorongan saat monetisasi tidak stabil?                                                                                                                                             |                              |                                                                                                                                                               |
| <b>S:</b> Haduh, kalau lagi anjlok views-ku, langsungka' emosi, jengkel, mau banting HP rasanya. Malaska' buka Facebook beberapa hari. Tapi tetap saya lihat kreator lain.                       | 6<br>7<br>8<br>9<br>10<br>11 | Dorongan emosional (marah, frustrasi) mencerminkan dominasi id. Namun, ego mulai bekerja melalui observasi kreator lain sebagai strategi adaptasi.            |
| <b>Ego</b>                                                                                                                                                                                       |                              |                                                                                                                                                               |
| <b>P:</b> Bagaimana mengelola kecemasan akibat penghasilan tidak stabil?                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                               |
| <b>S:</b> Malas wajar, tapi ndak bisa berhenti karena anak tiga mau makan. Jadi tetap bikin video.                                                                                               | 12<br>13<br>14<br>15<br>16   | Ego berfungsi menyesuaikan realitas dengan tetap produktif meskipun dalam tekanan ekonomi.                                                                    |

| Verbatim                                                          | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                          |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------|
| P: Apa yang dilakukan saat tekanan produktivitas tinggi?          |                      |                                                                 |
| S: Saya bikin live saja supaya tetap aktif tanpa editing panjang. | 17<br>18<br>19       | Strategi praktis menunjukkan mekanisme coping ego yang adaptif. |
| P: Bagaimana mengatur waktu?                                      |                      |                                                                 |
| S: Bikin konten subuh atau saat keluarga tidak sibuk.             | 20<br>21<br>22<br>23 | Kemampuan manajemen waktu mencerminkan kontrol ego yang baik.   |

| Verbatim                                                | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                                            |
|---------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Superego</b>                                         |                      |                                                                                   |
| P: Apa yang dirasakan melihat kreator lain?             |                      |                                                                                   |
| S: Ada rasa iri, tapi saya doakan<br>Juga               | 24<br>25<br>26<br>27 | Superego terlihat melalui nilai moral (empati, doa) yang mengontrol dorongan iri. |
| P: Apakah ada rasa bersalah?                            |                      |                                                                                   |
| S: Ada, kalau anak butuh perhatian tapi saya pegang HP. | 28<br>29<br>30       | Rasa bersalah menunjukkan dominasi superego dalam peran sebagai ibu.              |
| P: Nilai utama?                                         |                      |                                                                                   |
| S: Anak dan suami prioritas utama                       | 31<br>32<br>33       | Nilai keluarga menjadi pedoman utama perilaku.                                    |
| P: Pengaruh nilai pada konten?                          |                      |                                                                                   |
| S: Saya pilih konten sopan dan edukatif                 | 34<br>35<br>36       | Superego membatasi perilaku agar sesuai norma.                                    |
| P: Pengaruh nilai pada jadwal?                          |                      |                                                                                   |

| Verbatim                     | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                       |
|------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------|
| S: Batasi HP 2–3 jam sehari. | 37<br>38<br>39 | Kontrol diri tinggi sebagai hasil internalisasi nilai moral. |

| Verbatim                                                        | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                   |
|-----------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>Represi</b>                                                  |                  |                                                                          |
| S: Pernah video viral tapi kena pelanggaran, sakit hati sekali. | 1<br>2<br>3<br>4 | Responden menekan pengalaman menyakitkan untuk menjaga kestabilan emosi. |
| <b>Proyeksi</b>                                                 |                  |                                                                          |
| S: Saya merasa suami sinis, padahal itu perasaan saya sendiri.  | 5<br>6<br>7      | Proyeksi tampak dari atribusi perasaan internal ke orang lain.           |
| <b>Rasionalisasi</b>                                            |                  |                                                                          |
| S: Saya pikir belum rezeki atau penonton sibuk.                 | 8<br>9<br>10     | Rasionalisasi membantu mengurangi kecemasan akibat kegagalan.            |
| <b>Denial</b>                                                   |                  |                                                                          |
| S: Saya menyalahkan Facebook saat konten sepi.                  | 11<br>12<br>13   | Penyangkalan digunakan untuk menghindari kenyataan.                      |
| <b>Displacement</b>                                             |                  |                                                                          |
| S: Anak jadi sasaran marah saat saya stres.                     | 14<br>15<br>16   | Emosi dialihkan ke objek yang lebih aman.                                |
| <b>Sublimasi</b>                                                |                  |                                                                          |
| S: Saya bersih-bersih atau menata bunga.                        | 17<br>18<br>19   | Sublimasi terlihat dari pengalihan ke aktivitas positif.                 |
| <b>Regresi</b>                                                  |                  |                                                                          |
| S: Saya meringkuk dan diam saat stres.                          | 20<br>21<br>22   | Regresi ke perilaku kekanak-kanakan saat tekanan tinggi.                 |

| Verbatim                                        | No Baris       | Komentar Eksploratoris                                     |
|-------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Reaction Formation</b>                       |                |                                                            |
| S: Saya terlihat ceria di kamera padahal cemas. | 23<br>24<br>25 | Menampilkan emosi berlawanan sebagai mekanisme pertahanan. |

| Verbatim                                                                                                                      | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap Oral</b>                                                                                                             |                  |                                                                                                                                                                      |
| P: Apakah Anda merasa ada kebiasaan seperti mencari kenyamanan saat stres (misalnya makan atau minum)?                        |                  |                                                                                                                                                                      |
| S: Iya di', kalau lagi banyak pikiran, saya lebih sering makan cemilan terus minum kopi. Rasanya itu bikin tenangka' sedikit. | 1<br>2<br>3<br>4 | Adanya kecenderungan mencari kenyamanan melalui aktivitas oral (makan/minum) menunjukkan jejak tahap oral yang masih terbawa hingga dewasa sebagai mekanisme coping. |

| Verbatim                                                                                                      | No Baris         | Komentar Eksploratoris                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tahap Anal</b>                                                                                             |                  |                                                                                                                                     |
| P: Bagaimana Anda dalam hal keteraturan atau pengaturan keuangan dari monetisasi?                             |                  |                                                                                                                                     |
| S: Saya usahakan atur, tapi jujur kadang langsung habis dipakai kebutuhan rumah. Tidak terlalu tersusun rapi. | 5<br>6<br>7<br>8 | Menunjukkan kecenderungan fleksibel (kurang kaku) dalam pengelolaan, mengarah pada tipe anal ekspulsif (tidak terlalu terstruktur). |

| Verbatim                                                                                                              | No Baris            | Komentar Eksploratoris                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tahap Phalik                                                                                                          |                     |                                                                                                                                       |
| <b>P:</b> Bagaimana hubungan Anda dengan pasangan dalam mendukung aktivitas monetisasi?                               |                     |                                                                                                                                       |
| <b>S:</b> Suami sebenarnya mendukung, tapi kadang saya merasa harus tetap utamakan dia dan keluarga dulu baru konten. | 9<br>10<br>11<br>12 | Menunjukkan adanya kesadaran peran gender dan relasi dengan pasangan. Tidak tampak konflik signifikan, lebih pada keseimbangan peran. |

| Verbatim                                                                            | No Baris             | Komentar Eksploratoris                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tahap Genital                                                                       |                      |                                                                                                                                                          |
| <b>P:</b> Apa tujuan utama Anda dalam menjalankan monetisasi ini?                   |                      |                                                                                                                                                          |
| <b>S:</b> Supaya bisa bantu ekonomi keluarga dan anak-anak bisa sekolah lebih baik. | 16<br>17<br>18<br>19 | Tahap genital terlihat dari orientasi pada tanggung jawab, produktivitas, dan kesejahteraan keluarga. Fokus pada tujuan jangka panjang dan peran dewasa. |

## Lampiran 7: Laporan Pendampingan Konseling Informan Pertama

### BAGROUND LAPORAN KONSELING

Nama : KB (Ibu Rumah Tangga)  
Usia : 35 Tahun  
Status : Ibu Rumah Tangga (tinggal bersama suami, anak-anak, dan orang tua), Majelis Gereja Toraja Jemaat Palesan  
Tempat Tinggal : Lembang Palesan, Kecamatan Rembon  
Tempat Pertemuan : Rumah Ko  
Lama Perjumpaan : 40 menit

### Transkrip Verbatim Konseling

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                      | Analisis / Catatan Konselor                                                  |
|----|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 01 | Ko        | "Selamat siang, Ibu KB. Apa kabarnya hari ini?"                                                                                                                             | <i>Membangun rapor (hubungan awal), menyapa dengan hangat.</i>               |
| 02 | Ki        | "Selamat siang, Tomy. Ya... begitulah, kabar fisik baik, tapi pikiran dan hati ini rasa rasanya tidak tenang belakangan ini..." ( <i>Menunduk, menghela napas panjang</i> ) | <i>Terlihat tanda-tanda kecemasan non-verbal (menghela napas, menunduk).</i> |
| 03 | Ko        | "Terima kasih sudah bersedia itu hari sudah wawancara dan sekarang mau bercerita mengenai kendala yang                                                                      | <i>Teknik 'Exploration' &amp; 'Open-Ended Question' untuk</i>                |

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Analisis / Catatan Konselor                                                          |
|----|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|    |           | dialami, hehehe ( <i>sambil tersenyum</i> ). Tadi Ibu bilang pikiran dan hati merasa tidak tenang. Bisa diceritakan apa yang sedang mengganjal di pikiran Ibu Kartine?"                                                                                                                                  | <i>memberi ruang bercerita.</i>                                                      |
| 04 | Ki        | "(Terdiam beberapa detik)... belakangan ini saya kan aktif di Facebook Pro. Awalnya cuma iseng rekam kegiatan sehari-hari di rumah masak-masak, atau urus anak. Tapi pas fitur monetisasi terbuka, saya mulai kejar jam tayang dan penghasilan. ..."                                                     | <i>Ko mulai mengidentifikasi pemicu utama (FB Pro &amp; Monetisasi).</i>             |
| 05 | Ko        | "Ibu merasa ada perubahan situasi ya sejak monetisasi itu aktif. Masalah seperti apa yang Ibu maksud?"                                                                                                                                                                                                   | <i>Refleksi isi dan menggali lebih dalam.</i>                                        |
| 06 | Ki        | "Saya merasa cemas, gelisah saat saya upload video Tiap menit cek HP, lihat grafik <i>insight</i> , komentar, dan penghasilan. Di rumah kan saya tinggal sama suami, anak-anak, dan orang tua saya juga. Rumah selalu ramai. Kadang saya melamun atau marah-marah sama anak kalau mereka bising pas saya | <i>Klien mengungkapkan manifestasi kecemasan dan dampaknya pada relasi keluarga.</i> |

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Analisis / Catatan Konselor                                                                                           |
|----|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |           | lagi edit video. Belum lagi di gereja..." ( <i>Mata berkaca-kaca</i> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                       |
| 07 | Ko        | "Tampaknya Ibu merasa sangat kewalahan membagi perhatian antara kejaran konten di FB Pro dengan tanggung jawab di rumah bersama keluarga besar, ya?"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Empati dan refleksi perasaan (Feeling Refection).</i>                                                              |
| 08 | Ki        | "Iya betul sekali... Saya merasa bersalah sama orang tua dan suami saya. Terus sebagai Majelis Gereja Toraja, saya merasa gagal. Pas rapat majelis kemarin, pikiran saya malah melayang memikirkan pelayanan saya juga penghasilan dari banyaknya konten yang saya buat. Saya takut orang-orang menilai saya cuma sibuk cari uang di HP dan abaikan tugas gereja dan rumah tangga. Makanya sempat kemarin waktu say dipanggil konsistori karena saya rasa pelayanan tidak bisa kuselesaikan dengan baik " | <i>Munculnya rasa bersalah (guilt), kecemasan akan stigma sosial, dan konflik peran (Majelis vs Content Creator).</i> |
| 09 | Ko        | ibu merasa takut dihakimi dan di sisi lain beban sebagai Majelis Gereja terasa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <i>Dukungan emosional dan validasi ketakutan klien.</i>                                                               |

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                                                                            | Analisis / Catatan Konselor                                                           |
|----|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |           | menghakimi diri Ibu sendiri karena perhatian Ibu terbagi?                                                                                                                                                                         |                                                                                       |
| 10 | Ki        | "Iya, begitu ih... padahal niat awal saya monetize itu baik, buat bantu perekonomian keluarga. Tapi buat saya cemas, jantung berdebar-debar tiap kali ada pemberitahuan Facebook, dan tidak fokus berdoa atau melayani lagi."     | <i>Klien menyadari adanya pergeseran motivasi dan dampak fisik dari kecemasan.</i>    |
| 11 | Ko        | Niat awal Ibu sangat mulia, yaitu ingin membantu keluarga. Namun, 'tuntutan algoritma FB Pro ini telah membuat ketenangan pikiran terganggu. Jika kita dilihat kembali, mana hal yang menjadi prioritas utama hidup Ibu saat ini? | <i>Teknik Re-framing &amp; membantu penetapan prioritas.</i>                          |
| 12 | Ki        | (Tersenyum Lebar)...Tentu keluarga dan pelayanan saya di Gereja ini yang utama,                                                                                                                                                   | <i>Klien menemukan kesadaran (insight) tentang apa yang paling berharga.</i>          |
| 13 | Ko        | Pernyataan yang luar biasa, Bu. Dari kesadaran ini, langkah kecil apa yang sekiranya bisa Ibu lakukan agar HP dan monetisasi itu                                                                                                  | <i>Mengajak klien menyusun langkah konkrit / pemecahan masalah (Problem Solving).</i> |

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                                                                                                                               | Analisis / Catatan Konselor                                                     |
|----|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
|    |           | kembali menjadi pendapatan dan media positif, bukan ke hal negat yang mengatur ketenangan jiwa Ibu?                                                                                                                                                                                  |                                                                                 |
| 14 | Ki        | "Mungkin... saya harus buat batas waktu tapi biasa ji ku Batasi ada juga kalau memang laut na. Saya juga mau cerita sejujurnya sama suami kalau saya lagi ketakutan dan cemas soal monetisasi ini serta tugas sebagai ibu dan majelis gereja, supaya dia paham dan bisa bantu saya." | <i>Klien merumuskan aksi nyata (pembatasan waktu &amp; komunikasi terbuka).</i> |
| 15 | Ko        | Luar biasa, berkomunikasi terbuka dengan suami dan menentukan adalah awajadwall pemulihan yang baik. mengingat Ibu adalah Majelis yang dipanggil Tuhan untuk melayani dengan sukacita, bukan dengan kecemasan                                                                        | <i>Penguatan spiritual dan konfirmasi rencana aksi.</i>                         |
| 16 | Ki        | (Tersenyum lega) Iya, heheh.... Saya merasa lebih lega kalau memang adda yang mendengarkan. Saya tersadar kalau berkat Tuhan tidak hanya datang dari Facebook, tapi dari kedamaian di dalam rumah dan persekutuan kita                                                               | <i>Klien merasa didengar, mengalami penurunan tingkat kecemasan.</i>            |

| No | Pembicara | Dialog                                                                                                                                                                                                        | Analisis / Catatan Konselor                |
|----|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|    |           | di rumah dan seluruh keluarga . Terima kasih sudah mendengarkan saya."                                                                                                                                        |                                            |
| 17 | Ko        | "Puji Tuhan terimakasih atass waktunya ibu semngat teruss. Mari kita tutup sesi kita hari ini dengan doa bersama, menyerahkan pergumulan Ibu, keluarga di rumah, serta pelayanan Ibu sebagai Majelis Gereja." | <i>Penutupan sesi dengan doa pastoral.</i> |

### Analisis & Evaluasi Pastoral pasca-Sesi

**Diagnosa** Ko mengalami kecemasan Konflik Peran antara tuntutan dunia maya (monetisasi FB Pro), peran domestik dalam keluarga multigenerasi, serta tanggung jawab spiritual sebagai Majelis Gereja Toraja.

Pendampingan Spiritual dengan Menguatkan pemahaman teologis klien bahwa pelayanan dan peran sebagai ibu/istri adalah panggilan utama, sementara monetisasi digital hanyalah sarana pendukung yang tidak boleh mengorbankan kesejahteraan mental.

### Lampiran 8: Laporan Pendampingan Konseling Informan Pertama

#### LAPORAN VERBATIM KONSELING

Nama : N Panggalo  
Usia : 38 Tahun  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga (IRT)  
Status : Menikah (Tinggalbersama suami dan anak-anak)  
Status Orang Tua : Yatim Piatu (Kedua orang tua sudah meninggal)  
Tempat Tinggal : Lembang Palesan  
Tempat Konseling : Rumah KO  
Waktu/Durasi : 45 Menit

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                         | Respon Emosional & Analisis Teknis                      |
|-----|-----------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 1   | Ko        | Selamat siang, Ibu Naomi.<br>Silakan duduk. Bagaimana kabarnya hari ini, Bu? | <i>Attending, menciptakan suasana nyaman (rapport).</i> |

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                                                                                                                                                                                                     | Respon Emosional & Analisis Teknis                             |
|-----|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 2   | Ki        | Selamat siang, juga. Ya... beginilah, kabar fisik sehat. Tapi banyak pikiran<br>( <i>Mendesah pelan, menunduk</i> )                                                                                                                                      | Terlihat lelah, cemas, dan membawa beban pikiran.              |
| 3   | Ko        | Terima kasih sudah mau meluangkan waktu untuk hari ini ibu. Kalau boleh tahu, apa yang membuat pikiran Ibu terasa berat belakangan ini?                                                                                                                  | <i>Open question</i> , memberikan ruang untuk cerita.          |
| 4   | Ki        | emmm... saya ini kan IRT di rumah. Kebetulan ini saya coba main Facebook Pro, mau bantu-bantu ekonomi keluarga dari monetisasi video. Tapi makin ke sini, bukannya tenang, saya malah stres sekali memikirkan jangkauan video, jam tayang, dan dolarnya. | Menyampaikan masalah utama ( <i>monetisasi FB Pro</i> ).       |
| 5   | Ko        | Jadi Ibu merasa cemas dan tertekan karena urusan monetisasi dan target di Facebook Pro ini, padahal niat utamanya ingin bantu keluarga?                                                                                                                  | <i>Paraphrasing</i> (Mengulang inti masalah untuk konfirmasi). |
| 6   | Ki        | Betul sekali. Kalau <i>viewers</i> -nya turun, dada saya langsung berdebar.                                                                                                                                                                              | Mengungkapkan gejala kecemasan                                 |

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                                                                                                                                                                                                                          | Respon Emosional & Analisis Teknis                                          |
|-----|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
|     |           | Mempersiapkn makanan anak-anak jadi terburu-buru, suami pulang kadang saya belum siap apa-apa karena kepikiran konten.                                                                                                                                                        | <i>(somatis &amp; konflik peran).</i>                                       |
| 7   | Ko        | <i>(Mengangguk ramah)</i> Terbagi antara tanggung jawab di rumah dan tuntutan di HP tentu rasanya sangat menguras energi ya,                                                                                                                                                  | <i>Empathy &amp; Validation</i> (Validasi perasaan konseli).                |
| 8   | Ki        | Iya, betulol sekali.... dulu kalau saya lelah atau bingung begini, saya biasanya pulang cerita ke Mama atau Bapak. Tapi... orang tua saya dua-duanya sudah tidak ada. Rindu sekali rasanya. Kadang saya merasa sendirian menghadapi semua ini.<br><i>(Mulai berkaca-kaca)</i> | Ekspresi duka ( <i>grief</i> ) dan perasaan kesepian ( <i>loneliness</i> ). |
| 9   | Ko        | Saya turut merasakan duka Ibu. Merindukan sosok orang tua saat kita merasa kewalahan adalah hal yang sangat wajar.                                                                                                                                                            | <i>Empathic presence &amp; Comforting.</i>                                  |
| 10  | Ki        | Terima kasih.... Suami sebenarnya ada dan anak-anak juga ramai di rumah, tapi saya merasa segan cerita                                                                                                                                                                        | Mengungkapkan <i>barrier</i> komunikasi dengan suami.                       |

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                                                                                                                                                                                                              | Respon Emosional & Analisis Teknis                                   |
|-----|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
|     |           | ke suami karena takut disuruh berhenti total bikin konten, padahal saya masih ingin berusaha.                                                                                                                                                                     |                                                                      |
| 11  | Ko        | Jadi, kalau boleh saya gambarkan, Ibu Naomi merasa terjebak: di satu sisi ingin berhasil di FB Pro untuk bantu keluarga, tapi di sisi lain cemas akan dampaknya ke rumah tangga, dan merasa kesepian karena tidak ada lagi tempat mengadu seperti orang tua dulu? | <i>Summarizing</i><br>(Merangkum dinamika masalah).                  |
| 12  | Ki        | Iya begituu... Itu membuat kepala saya rasanya mau pecah setiap malam sampai susah tidur.                                                                                                                                                                         | Mengonfirmasi rangkuman konselor.                                    |
| 13  | Ko        | Terima kasih sudah jujur mengungkapkan hal ini, Bu . Menurut Ibu sendiri, dari semua hal yang berjalan saat ini, apa yang kira-kira menjadi prioritas utama yang paling berharga untuk Ibu?                                                                       | <i>Reframing &amp; Focusing</i><br>(Mengarahkan ke nilai prioritas). |
| 14  | Ki        | Ya tentu keluarga saya, ... Suami dan anak-anak saya. FB Pro ini awalnya kan cuma                                                                                                                                                                                 | Menemukan kembali fokus dan                                          |

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                                                                                                                                                                                                | Respon Emosional & Analisis Teknis                                |
|-----|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|     |           | sarana, bukan tujuan utama hidup saya.                                                                                                                                                                                                              | nilai dasar ( <i>insight</i> ).                                   |
| 15  | Ko        | Sebuah pemikiran yang sangat bijak, Bu. Jika FB Pro hanyalah "sarana", menurut Ibu langkah kecil apa yang bisa kita atur agar sarana ini tidak merusak hal utama (keluarga dan kesehatan mental Ibu)?                                               | <i>Problem solving exploration</i> (Mendorong kesadaran mandiri). |
| 16  | Ki        | Mungkin... saya harus batasi waktu menggunakan hp dan membuat kontrn. Tidak usah cek monetisasi tiap jam. Dan mungkin saya perlu jujur cerita pelan-pelan ke suami, bukan minta solusi, tapi cuma supaya dia tahu apa yang sedang saya perjuangkan. | Menemukan alternatif solusi mandiri.                              |
| 17  | Kol       | Betul sekali , Bu Naomi. Bagaimana kalau minggu mulai mii Ibu coba membatasi jam cek HP dan membangun komunikasi jujur dengan suami?                                                                                                                | <i>Contracting /</i> Penetapan komitmen awal.                     |
| 18  | Ki        | Ok siap.                                                                                                                                                                                                                                            | <i>Relief</i> (Rasa lega di akhir sesi).                          |

| No. | Pembicara | Transkrip Percakapan                                                       | Respon Emosional & Analisis Teknis |
|-----|-----------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 19  | ko        | Luar biasa ibu sduah mau bercerita. Terimakasih banyak dan terus semangat. |                                    |
| 20  |           | Sama-sama                                                                  |                                    |

## ANALISIS & EVALUASI

### 1. Dinamika Psikologis:

- **Stressor Utama:** Tekanan monetisasi media sosial (Facebook Pro) yang menciptakan adiksi cek performa konten dan ketakutan akan kegagalan.
- **Faktor Pemberat:** Konflik peran antara IRT dan Konten Kreator, serta rasa kehilangan (*grief*) dari mendiang orang tua yang belum sepenuhnya terproses sehingga menurunkan *coping mechanism*.
- **Sumber Daya (Strengths):** Konseli memiliki kesadaran diri yang baik (*insight*), kasih sayang yang kuat pada keluarga, serta kehendak untuk memperbaiki situasi.