



Fenomena Campur Kode dalam Video “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” pada kanal YouTube Menjadi Manusia

Gadis artika^{1*}, Dian Aurelia², Yupita Aswalia³, Ida Basaria⁴

¹⁻⁴ Program Studi Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Sumatera Utara, Indonesia

*Penulis Korespondensi: gadisartika45@gmail.com

Abstract. *Data was collected through the listening method with the recording technique, then analyzed using mixed code theory in sociolinguistic studies. Data was analyzed using mixed code theory in sociolinguistic studies to reveal language usage patterns in the context of digital media. The research results show that code mixing serves as a multidimensional communicative strategy. First, mixing code is used to express emotions more effectively and authentically. Second, it serves to clarify the meaning of psychological concepts that do not have the right equivalent in Indonesian. Third, build closeness with an audience that has a bilingual background. Fourth, constructing a bilingual identity of speakers that reflects the social reality of Indonesian urban society. This research contributes to the understanding of the language practice of the Indonesian bilingual community in the digital era, especially in the delivery of personal and sensitive issues such as mental health, which requires a flexible and relatable communication strategy for millennial audiences and generation Z.*

Keywords: *Code Mixing; Digital Communication; Mental Health; Sociolinguistic; YouTube.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk dan fungsi campur kode dalam video “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” di saluran YouTube Menjadi Manusia. Menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, penelitian ini mengidentifikasi tiga bentuk campur kode penyisipan kata, frasa, dan bentuk berafiks dari bahasa Inggris ke dalam bahasa Indonesia. Data dikumpulkan melalui metode simak dengan teknik catat, kemudian dianalisis menggunakan teori campur kode dalam kajian sociolinguistik. Data dianalisis menggunakan teori campuran kode dalam kajian sociolinguistik untuk mengungkap pola penggunaan bahasa dalam konteks media digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa campur kode berfungsi sebagai strategi komunikatif multidimensi. Pertama, campur kode digunakan untuk mengekspresikan emosi secara lebih efektif dan otentik. Kedua, berfungsi memperjelas makna konsep-konsep psikologis yang belum memiliki padanan tepat dalam bahasa Indonesia. Ketiga, membangun kedekatan dengan audiens yang memiliki latar belakang bilingual. Keempat, mengonstruksi identitas bilingual penutur yang mencerminkan realitas sosial masyarakat urban Indonesia. Dalam konteks diskursus kesehatan mental di media digital, campur kode merupakan praktik kebahasaan yang adaptif dan kontekstual, bukan penyimpangan linguistik. Penelitian ini berkontribusi pada pemahaman praktik kebahasaan masyarakat bilingual Indonesia di era digital, khususnya dalam penyampaian isu pribadi dan sensitif seperti kesehatan mental, yang memerlukan strategi komunikasi yang fleksibel dan relatable bagi audiens milenial dan generasi Z.

Kata kunci: Campur Kode; Kesehatan Mental; Komunikasi Digital; Sociolinguistik; YouTube.

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan teknologi komunikasi telah mengubah praktik kebahasaan masyarakat Indonesia, khususnya di platform media sosial seperti YouTube. Salah satu fenomena yang menonjol adalah campur kode, yaitu penyisipan unsur bahasa lain ke dalam bahasa utama tanpa mengubah situasi tutur (Susylowati et al., 2020). Berbeda dengan alih kode yang melibatkan perubahan konteks, campur kode terjadi dalam satu situasi tutur yang sama secara terintegrasi (Wardhaugh & Fuller, 2015).

Meskipun campur kode telah banyak dikaji dalam sociolinguistik, kajian tentang fenomena ini dalam diskursus kesehatan mental di media digital masih terbatas. Padahal, kesehatan mental merupakan topik personal dan sensitif yang memerlukan strategi komunikasi

husus. Masih terdapat anggapan bahwa penggunaan bahasa asing menunjukkan lemahnya penguasaan bahasa Indonesia, namun asumsi ini perlu ditinjau kembali mengingat campur kode sering bersifat strategis dan kontekstual.

Wei (2018) dalam konsep *translanguaging* menjelaskan bahwa penutur bilingual menggunakan seluruh repertoar linguistik mereka secara dinamis untuk menciptakan makna. Bhatia dan Ritchie (2013) menegaskan bahwa campur kode dalam masyarakat bilingual merupakan praktik komunikasi natural yang mencerminkan kompetensi linguistik, bukan defisiensi. Androutsopoulos (2015) menambahkan bahwa praktik multilingual di media sosial mencerminkan “*networked multilingualism*”, penggunaan berbagai bahasa secara bersamaan sebagai strategi interaksi dengan audiens beragam.

Penelitian ini menganalisis video “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” untuk menjawab pertanyaan: bagaimana bentuk dan fungsi campur kode dalam video tersebut? Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis terhadap kajian sociolinguistik dan memperkaya pemahaman praktik kebahasaan dalam komunikasi digital Indonesia.

2. KAJIAN TEORITIS

Susylowati et al. (2020) mendefinisikan campur kode sebagai penyisipan unsur bahasa lain ke dalam bahasa utama tanpa perubahan situasi kebahasaan. Wardhaugh dan Fuller (2015) menjelaskan perbedaannya dengan alih kode: campur kode terjadi dalam satu situasi tutur tanpa perubahan konteks, sering muncul dalam situasi informal dan dipengaruhi oleh kebiasaan berbahasa, topik pembicaraan, dan latar belakang sosial penutur. Myers-Scotton (2006) dalam Matrix Language Frame Model menjelaskan bahwa dalam campur kode terdapat bahasa matriks yang menyediakan kerangka gramatikal dan bahasa tertanam yang menyumbang elemen leksikal. Muysken (2000) mengidentifikasi tiga pola: *insertion* (penyisipan), *alternation* (pergantian), dan *congruent lexicalization* (leksikalisasi kongruen). Bhatia dan Ritchie (2013) menegaskan bahwa campur kode mencerminkan kompetensi linguistik penutur, bukan defisiensi, dipengaruhi oleh kebiasaan berbahasa, topik, formalitas situasi, dan identitas sosial yang ingin dikonstruksi.

Wei (2018) menjelaskan bahwa *translanguaging* adalah praktik kreatif di mana penutur menggunakan seluruh repertoar linguistik mereka untuk menciptakan makna dan mengonstruksi identitas. Canagarajah (2011) menambahkan bahwa dalam era globalisasi, penutur menavigasi berbagai sumber linguistik untuk mencapai tujuan komunikatif kompleks. Crystal (2016) menjelaskan bahwa internet menciptakan register bahasa baru yang

menggabungkan karakteristik lisan-tulis, formal-informal. Baron (2008) menambahkan bahwa komunikasi digital “*always on*” memungkinkan gaya komunikasi lebih kasual dan ekspresif. Androutsopoulos (2015) menyatakan praktik multilingual di media sosial mencerminkan “*networked multilingualism*”. Georgakopoulou dan Spilioti (2016) menjelaskan komunikasi digital memungkinkan praktik kebahasaan inovatif dan hibrida, di mana identitas linguistik dikonstruksi dan dinegosiasikan. SusyLOWATI et al. (2020) menjelaskan bahwa generasi muda Indonesia menggunakan campur kode dalam komunikasi digital sebagai strategi mengekspresikan identitas modern dan global, menunjukkan keterbukaan terhadap pengaruh budaya internasional.

SusyLOWATI et al. (2020) mengidentifikasi bentuk campur kode: penyisipan kata, frasa, dan bentuk berafiks/hibrida. Bentuk berafiks muncul ketika unsur morfologis bahasa dasar digabung dengan kata dasar bahasa asing, seperti *me-manage* (Muysken, 2000).

Dari segi fungsi, Wardhaugh dan Fuller (2015) mengidentifikasi: mengekspresikan identitas sosial-budaya, menyesuaikan dengan audiens, mengisi kesenjangan leksikal, memperjelas makna, dan mengekspresikan emosi. Bhatia dan Ritchie (2013) menekankan fungsi afektif untuk menyampaikan emosi atau membangun kedekatan. Wei (2018) menambahkan *translanguaging* memungkinkan penutur mengekspresikan nuansa emosional yang sulit disampaikan dalam satu bahasa.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena data yang dianalisis berupa tuturan lisan yang mengandung fenomena kebahasaan, yaitu campur kode. Menurut Denzin dan Lincoln (2009), penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan melibatkan berbagai metode yang ada. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk mendeskripsikan dan menafsirkan fenomena bahasa secara mendalam berdasarkan konteks penggunaannya, bukan untuk menguji hipotesis atau mengukur variabel secara statistik.

Subjek penelitian ini adalah tuturan Marshanda dalam video berjudul “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” yang diunggah pada kanal YouTube Menjadi Manusia. Pemilihan video tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa video ini mengangkat isu kesehatan mental dengan gaya tutur yang santai, personal, dan emosional, sehingga berpotensi memunculkan penggunaan campur kode secara signifikan. Lokasi penelitian bersifat daring karena data diperoleh dari platform digital YouTube.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang berperan sebagai pengamat, pengumpul data, dan penganalisis data. Untuk membantu proses analisis, digunakan instrumen pendukung berupa tabel klasifikasi data yang memuat kolom nomor data, kutipan tuturan, waktu kemunculan, bentuk campur kode, dan penjelasan fungsi campur kode.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode simak, yaitu menyimak penggunaan bahasa dalam video secara cermat dan berulang-ulang. Sudaryanto (2015) menjelaskan bahwa metode simak adalah metode yang dilakukan dengan menyimak penggunaan bahasa, baik secara lisan maupun tertulis. Metode simak ini dilengkapi dengan teknik catat, yakni mencatat seluruh tuturan yang mengandung unsur campur kode bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Proses penyimak dilakukan beberapa kali untuk memastikan ketepatan data dan menghindari kesalahan pencatatan.

Data yang telah dikumpulkan dianalisis melalui beberapa tahapan. Miles dan Huberman (2014) menyatakan bahwa analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pertama, data diklasifikasikan berdasarkan bentuk campur kode, meliputi penyisipan kata, frasa, dan bentuk berafiks. Kedua, setiap data dianalisis untuk menentukan fungsi campur kode dengan mengacu pada teori sosiolinguistik kontemporer. Ketiga, hasil analisis disajikan dalam bentuk deskripsi naratif yang menjelaskan hubungan antara bentuk campur kode, konteks tuturan, dan tujuan komunikatif penutur. Seluruh proses analisis dilakukan secara kronologis dan sistematis.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena campur kode dalam video “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” muncul secara konsisten sepanjang video. Campur kode yang ditemukan melibatkan bahasa Indonesia sebagai bahasa dasar dan bahasa Inggris sebagai bahasa yang disisipkan. Berdasarkan analisis data, campur kode dapat diklasifikasikan ke dalam tiga bentuk utama, yaitu penyisipan kata, penyisipan frasa, dan penyisipan bentuk berafiks.

Tabel 1. Analisis data campur kode diklasifikasikan ke dalam tiga bentuk utama.

No	Data	Teks	Penjelasan
1.	<i>oh my god</i>	00:01:08 - 00:01:27 kalau kita nggak tidur bisa dua minggu lebih itu bisa mati Nah aku tuh udah ngerasa kayak <i>oh my god</i>	Data di samping berupa bahasa Indonesia dengan bahasa Inggris dalam bentuk kata yaitu kata <i>oh my god</i> yang memiliki makna “Ya Tuhan”, bentuk penyisipan frasa yang digunakan untuk mengekspresikan emosi secara lebih kuat dan alami dalam konteks percakapan informal.
2.	<i>relate</i>	00:02:25 - 00:02:20 tujuannya supaya menurut aku ya aku bisa <i>relate</i> ke banyak orang.	Data tersebut menunjukkan campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>relate</i> yang berarti “merasa terhubung”. Penyisipan ini digunakan penutur untuk mengekspresikan makna secara lebih ringkas dan sesuai dengan gaya komunikasi informal.
3.	<i>manage</i>	00:02:44 - 00:02:46 kalau berapa tahun atau berapa bulan sesudahnya orang melihat aku bisa <i>manage</i> diri.	Data tersebut menunjukkan campur kode dalam bentuk afiks, yaitu penggunaan prefiks bahasa Indonesia “me-” pada kata bahasa Inggris <i>manage</i> yang berarti “mengelola”, sehingga membentuk <i>verba hybrid</i> “me-manage”. Bentuk ini digunakan penutur untuk menyampaikan makna secara lebih ringkas dan sesuai dengan gaya komunikasi informal.
4.	<i>trust</i>	00:02:50 bisa bangkit, jadi orang ada <i>trust</i> sama aku.	Data tersebut menunjukkan adanya campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>trust</i> yang berarti “kepercayaan”. Penggunaan kata <i>trust</i> berfungsi untuk mengekspresikan makna secara lebih ringkas dan sesuai dengan gaya komunikasi informal, serta menegaskan nuansa psikologis tentang kepercayaan orang lain terhadap penutur.
5.	<i>choose</i>	00:03:09 - 00:03:14 dia mungkin ga ceritain ke siapa-siapa dalam hidupnya, tapi dia <i>choose</i> untuk cerita ke aku.	Data tersebut menunjukkan penggunaan campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>choose</i> , yang bermakna “memilih”.
6.	<i>mental health judgmental</i>	00:03:39 - 00:03:54 ada orang yang aku tahu dia	Data tersebut memperlihatkan campur kode berupa penyisipan

	belum paham belum teredukasi soal <i>mental health</i> terus dia masih memberi stigma terus jadinya <i>judgmental</i> jadinya berpikir sempit.	frasa dan kata bahasa Inggris, yaitu <i>mental health</i> dan <i>judgmental</i> . Frasa <i>mental health</i> bermakna “kesehatan mental”, sedangkan <i>judgmental</i> berarti “bersikap menghakimi”.
7. <i>advice input</i>	00:04:18 - 00:04:36 proses sidang perceraian kita tahun 2014 jadi aku keluar dari rumah karena merasa banyak banget orang yang ngasih tau ini, ngasih tahu itu, dalam proses perceraian itu, pengen ngasih <i>advice</i> pengen bilang, udah lakuin aja, jangan lakuin, ada kayak banyak banget pokoknya <i>input</i> yang Aduh.	Data tersebut menunjukkan adanya campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris, yaitu <i>advice</i> dan <i>input</i> . Kata <i>advice</i> bermakna “nasihat”, sedangkan <i>input</i> bermakna “masuk”.
8. <i>weekend</i>	00:05:15 - 00:05:21 Chacha pergi cuman sementara, nanti juga kita bakal ketemu tiap <i>weekend</i> santai aja, tapi itu nggak keluar dari mulut aku.	Data tersebut menunjukkan campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>weekend</i> yang bermakna “akhir pekan”.
9. <i>grow up</i>	00:08:02 - 00:08:08 ini jalanan yang gue lewat, di mana gue <i>grow up</i> sama orang-orang yang paling nyakitin gue.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>grow up</i> yang bermakna “tumbuh/dewasa”, Penggunaan kata <i>grow up</i> dilakukan penutur untuk menekankan makna proses pertumbuhan atau pengalaman masa kecil dengan nuansa yang lebih ekspresif dan natural dibandingkan padanan bahasa Indonesia “tumbuh” atau “dibesarkan”, serta memperlihatkan gaya bertutur yang akrab dan personal.
10. <i>fit in circle</i>	00:09:23 - 00:09:28 gue nggak percaya dan gue nggak ngerasa gue <i>fit in</i> dalam <i>circle</i> terdekat ini.	Data percakapan menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan unsur bahasa Inggris ke dalam kalimat bahasa Indonesia, terdapat dua unsur campur kode, yaitu <i>fit in</i> dan <i>circle</i> . Frasa <i>fit in</i> bermakna “merasa cocok/menyatu”, sedangkan kata <i>circle</i> bermakna “lingkaran pertemanan”. Penggunaan <i>fit in</i> dan <i>circle</i> , menyampaikan pengalaman subjektif tentang ketidakcocokan dalam kelompok.

11. <i>get along</i>	00:09:45 - 00:09:48 belajar <i>get along</i> sama orang-orang yang lo pikir nggak akan ngerti lo.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan frasa bahasa Inggris <i>get along</i> yang bermakna “bisa bergaul/menjalin hubungan baik”.
12. <i>fear</i>	00:10:28 aku menyampaikan kebutuhan terbesarku apa, <i>fear</i> terbesar aku apa.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>fear</i> yang bermakna “ketakutan” atau “rasa takut”.
13. <i>relationship</i>	00:10:32 - 00:10:36 apa aja harapan-harapan aku dalam <i>relationship</i> aku jadi sadar selama ini.	Data tersebut memperlihatkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>relationship</i> yang bermakna “hubungan”.
14. <i>super quality time</i>	00:10:54 - 00:11:03 anakku tinggal sama mantan suami dan sekarang aku ketemu dia paling seminggu 2 3 kali jadinya Setiap kali kita ketemu aku jadi membuat itu tuh kayak <i>super quality time</i> .	Data tersebut memperlihatkan fenomena campur kode berupa penyisipan frasa bahasa Inggris <i>super quality time</i> yang bermakna “waktu yang sangat berkualitas”, menonjolkan pengalaman personal dan nilai emosional penutur dalam membangun hubungan dengan anaknya.
15. <i>down</i>	00:11:09 - 00:11:11 aku juga menerapkan kalau misalnya lagi <i>down</i> atau lagi nggak nyaman sama perasaanku aku ngasih lihat ke anakku.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>down</i> yang bermakna “sedih”, “kecewa”, atau “terpuruk”. Penggunaan kata <i>down</i> menonjolkan ekspresi personal penutur terkait pengalaman emosional yang dibagikan kepada anaknya.
16. <i>push away</i>	00:12:52 mental kita jadi nggak sehat saat kita nge- <i>push away</i> atau menyangkal rasa-rasa yang nggak nyaman.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan frasa bahasa Inggris <i>push away</i> yang bermakna “menjauhi” atau “menolak”.
17. <i>rescue</i>	00:14:20 kalo lo nggak nolongin diri sendiri, pasangan lo, sahabat, atau siapa pun itu yang bertugas nge- <i>rescue</i> lo, mereka nggak bisa berbuat apa-apa.	Data tersebut memperlihatkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>rescue</i> yang bermakna “menyelamatkan”.
18. <i>stay</i>	00:14:43 Tapi kalau mau <i>stay</i> di yang	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa

	satu pilihan itu juga itu hak mereka, hak loh dan orang lain tugasnya adalah untuk menghormati pilihan yang dibikin sama siapa pun orang ini.	penyisipan kata bahasa Inggris <i>stay</i> yang bermakna “tetap” atau “bertahan”.
19. <i>celebrate</i> <i>enjoy</i>	00:15:17 menjadi manusia tuh masih nge- <i>celebrate</i> diri sendiri ketika kita tanpa jubah-jubah pencapaian tanpa jubah kesibukan dan kita <i>enjoy</i> aja diri kita.	Data tersebut menunjukkan fenomena campur kode berupa penyisipan kata bahasa Inggris <i>celebrate</i> dan <i>enjoy</i> , yang masing-masing bermakna “merayakan” dan “menikmati”. Penggunaan <i>celebrate</i> dan <i>enjoy</i> dipilih menekankan perasaan positif dan ekspresif terhadap diri sendiri secara lebih natural dan ringkas dibanding padanan bahasa Indonesia.

Penyisipan Kata

Penyisipan Kata merupakan bentuk campur kode yang paling dominan ditemukan dalam data. Kata-kata bahasa Inggris disisipkan ke dalam struktur kalimat bahasa Indonesia tanpa mengubah kerangka gramatikal kalimat. Muysken (2000) menjelaskan bahwa penyisipan kata umumnya terjadi pada kategori kata terbuka seperti nomina, verba, dan adjektiva. Berikut adalah contoh-contoh penyisipan kata yang ditemukan: *relate*, *trust*, *fear*, *down*, *stay*, dan *rescue* digunakan dalam tuturan bahasa Indonesia. Penggunaan kata *relate* muncul ketika penutur menyampaikan keinginannya untuk dapat terhubung secara emosional dengan banyak orang. Kata *fear* digunakan untuk merujuk pada ketakutan terdalam yang dirasakan penutur, menunjukkan bahwa bahasa Inggris digunakan untuk menyampaikan konsep psikologis yang bersifat personal dan abstrak. Hal ini sejalan dengan temuan Wei (2018) yang menyatakan bahwa penutur bilingual menggunakan sumber linguistik yang berbeda untuk mencapai ekspresi emosional yang lebih tepat.

Penyisipan Frasa

Myers (2006) menjelaskan bahwa frasa yang disisipkan biasanya mempertahankan struktur internal bahasa asalnya. Berikut adalah contoh-contoh penyisipan frasa: *mental health*, *quality time*, *fit in*, *get along*, dan *super quality time*. Frasa *mental health* merupakan yang paling sering muncul dalam video ini. Penggunaan frasa ini menunjukkan bahwa istilah tersebut telah menjadi bagian dari wacana populer dan dianggap lebih representatif dibandingkan terjemahan bahasa Indonesianya.

Penyisipan Berafiks

Bentuk campur kode yang paling menarik ditemukan dalam penggunaan verba berafiks, di mana prefiks bahasa Indonesia digabungkan dengan kata dasar bahasa Inggris. Susylowati et al. (2020) menjelaskan bahwa fenomena ini merupakan karakteristik bahasa anak muda Indonesia di media sosial, mencerminkan kreativitas linguistik dan identitas bilingual. Muysken (2000) menyebut fenomena ini sebagai proses adaptasi morfologis, seperti *manage*. Bentuk ini merupakan hasil penggabungan prefiks bahasa Indonesia *me-* dengan kata kerja bahasa Inggris *manage*.

Secara fungsional, campur kode dalam video ini memiliki beberapa fungsi utama:

- 1) Fungsi Ekspresif-Emosional: Mengekspresikan emosi secara autentik (*down, fear, oh my god*) sesuai dengan Bhatia dan Ritchie (2013) tentang fungsi afektif.
- 2) Fungsi Klarifikatif-Referensial: Memperjelas konsep psikologis (*mental health, trust*) yang telah memiliki konotasi spesifik dalam wacana global (Susylowati et al., 2020).
- 3) Fungsi Identitas dan Gaya Personal: Menunjukkan identitas bilingual modern dan keterbukaan (Grosjean, 2015).
- 4) Fungsi Penyesuaian Audiens: Menyesuaikan dengan audiens muda yang familiar dengan istilah Inggris, mencerminkan *audience design* (Androutsopoulos, 2014).
- 5) Fungsi Ekonomi Bahasa: Menyampaikan makna lebih ringkas (*relate* vs “merasa terhubung secara emosional”).
- 6) Fungsi Penekanan: Memberi emphasis (*super quality time*) sesuai dengan Bhatia dan Ritchie (2013).

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan campur kode bukan muncul acak, tetapi memiliki pola dan fungsi jelas sesuai konteks. Ini sejalan dengan Wei (2018) yang memandang translanguaging sebagai penggunaan strategis seluruh repertoar linguistik untuk mencapai tujuan komunikatif kompleks. Marshanda menyisipkan unsur Inggris ketika ingin menekankan emosi, memperjelas makna, atau menyampaikan konsep tertentu.

Canagarajah (2011) menjelaskan bahwa dalam era globalisasi, penutur menavigasi berbagai sumber linguistik, tidak terikat satu sistem bahasa. Dalam diskursus kesehatan mental yang personal dan sensitif, fleksibilitas linguistik ini penting untuk menyampaikan pengalaman emosional secara autentik. Penggunaan *mental health, relate, fear* menunjukkan bahasa Inggris telah menjadi bagian integral wacana kesehatan mental Indonesia. Susylowati et al. (2020) menyatakan istilah global dipertahankan karena memiliki konotasi spesifik yang dipahami luas. Androutsopoulos (2015) menjelaskan dalam “*networked multilingualism*”, istilah global berfungsi sebagai jembatan komunikasi dalam komunitas digital beragam. Georgakopoulou

dan Spilioti (2016) menambahkan platform digital memungkinkan praktik kebahasaan hibrida di mana wacana lokal dan global berinteraksi dinamis, mencerminkan proses glocalisasi.

Bentuk *me-manage*, *nge-rescue*, *nge-celebrate* menunjukkan kreativitas linguistik tinggi. Susylowati et al. (2020) menjelaskan hibridasi morfologis ini mencerminkan inovasi linguistik yang menunjukkan kemampuan mengoperasikan dua sistem linguistik bersamaan, bukan ketidakmampuan berbahasa. Myers-Scotton (2006) menjelaskan dalam *Matrix Language Frame Model*, bahasa Indonesia menyediakan kerangka morfologis (prefiks), bahasa Inggris menyumbang material leksikal. Penggunaan prefiks informal *nge-* mencerminkan register kasual khas komunikasi digital (Baron, 2008).

Campur kode berperan penting mengekspresikan emosi dalam topik personal dan sensitif. Bhatia dan Ritchie (2013) menyatakan campur kode sering digunakan untuk aspek afektif. Wei (2018) menambahkan translanguaging memungkinkan akses nuansa emosional yang sulit disampaikan dalam satu bahasa. Kata *down* misalnya, membawa konotasi lebih kasual dan akrab dibanding “sedih” atau “terpuruk”, menciptakan atmosfer komunikasi santai yang penting dalam membahas topik sensitif.

Campur kode memiliki peran strategis membangun kedekatan dengan audiens. Androutsopoulos (2014) menjelaskan dalam media sosial, penutur melakukan *audience design* dengan mempertimbangkan karakteristik audiens. Penggunaan *relate*, *fit in*, *get along* mencerminkan upaya menggunakan register familiar bagi audiens digital Indonesia.

Grosjean (2015) menjelaskan penutur bilingual menguasai dua sistem budaya (*bicultural bilinguals*). Campur kode mencerminkan identitas bikultural Marshanda yang bergerak dalam industri hiburan Indonesia sekaligus terpapar wacana global kesehatan mental. Susylowati et al. (2020) menambahkan generasi muda menggunakan campur kode untuk mengekspresikan identitas modern dan global.

Campur kode dalam komunikasi digital bukan ancaman terhadap bahasa Indonesia atau indikasi ketidakmampuan berbahasa, melainkan bentuk variasi bahasa yang adaptif. Wardhaugh dan Fuller (2015) menegaskan variasi bahasa adalah fenomena natural yang mencerminkan keragaman fungsi dan konteks penggunaan. Wei (2018) menambahkan dalam perspektif translanguaging, tidak ada praktik kebahasaan yang “murni” atau “benar” dalam masyarakat multilingual. Bhatia dan Ritchie (2013) menegaskan kompetensi bilingual adalah kemampuan menggunakan berbagai sumber linguistik secara fleksibel sesuai kebutuhan komunikatif.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan campur kode dalam video “Cara Marshanda Merawat Kesehatan Mental Diri Sendiri” muncul dalam tiga bentuk sistematis, pertama ada penyisipan kata (*relate, trust, fear, down*); kedua penyisipan frasa (*mental health, fit in, super quality time*); ketiga penyisipan bentuk berafiks (*me-manage, nge-rescue, nge-celebrate*). Bentuk dominan adalah penyisipan kata dan frasa terkait konsep psikologis-emosional.

Campur kode memiliki enam fungsi: Ekspresif-emosional untuk mengekspresikan pengalaman personal autentik; Klarifikatif-referensial untuk memperjelas konsep psikologis; Identitas dan gaya personal sebagai penanda identitas bilingual-bikultural; penyesuaian audiens untuk membangun koneksi dengan audiens digital; Ekonomi bahasa untuk menyampaikan makna ringkas; Penekanan dan intensifikasi untuk memberi emphasis. Campur kode dalam media digital bukan penyimpangan atau indikasi lemahnya penguasaan bahasa Indonesia, melainkan strategi komunikasi adaptif, kontekstual, dan fungsional yang mencerminkan kompetensi bilingual. Dalam diskursus kesehatan mental yang personal dan sensitif, campur kode menjadi alat efektif menyampaikan pengalaman emosional secara autentik dan membangun koneksi dengan audiens.

Penelitian ini mendukung perspektif *translanguaging* yang memandang praktik multilingual sebagai penggunaan strategis seluruh repertoar linguistik penutur. Penelitian lanjutan disarankan menggunakan data lebih beragam dari segi penutur, platform, dan topik untuk gambaran lebih komprehensif tentang campur kode dalam komunikasi digital Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Androutsopoulos, J. (2014). Languaging when contexts collapse: Audience design in social networking. *Discourse, Context & Media*, 4–5, 62–73. <https://doi.org/10.1016/j.dcm.2014.08.006>
- Androutsopoulos, J. (2015). Networked multilingualism: Some language practices on Facebook and their implications. *International Journal of Bilingualism*, 19(2), 185–205. <https://doi.org/10.1177/1367006913489198>
- Baron, N. S. (2008). *Always on: Language in an online and mobile world*. Oxford University Press.
- Bhatia, T. K., & Ritchie, W. C. (2013). *The handbook of bilingualism and multilingualism* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Canagarajah, S. (2011). *Translingual practice: Global Englishes and cosmopolitan relations*. Routledge.

- Crystal, D. (2016). *Language and the Internet* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2009). *Handbook of qualitative research*. Pustaka Pelajar.
- Georgakopoulou, A., & Spilioti, T. (Eds.). (2016). *The Routledge handbook of language and digital communication*. Routledge.
- Grosjean, F. (2015). Bicultural bilinguals. *International Journal of Bilingualism*, 19(1), 5–20. <https://doi.org/10.1177/1367006914526297>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Qualitative data analysis: A method sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Muysken, P. (2000). *Bilingual speech: A typology of code-mixing*. Cambridge University Press.
- Myers-Scotton, C. (2006). *Multiple voices: An introduction to bilingualism*. Blackwell Publishing.
- Sudaryanto. (2015). *Metode dan aneka teknik analisis bahasa: Pengantar penelitian wahana kebudayaan secara linguistik*. Sanata Dharma University Press.
- Susylowati, E., Zakiyah, F., Sandy, D. K., & Cicilieg, V. D. (2020). *Sosiolinguistik: Teori dan aplikasi*. UMM Press.
- Wardhaugh, R., & Fuller, J. M. (2015). *An introduction to sociolinguistics* (7th ed.). Wiley-Blackwell.
- Wei, L. (2018). Translanguaging as a practical theory of language. *Applied Linguistics*, 39(1), 9–30. <https://doi.org/10.1093/applin/amx039>