

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan kondisi psikologis dan emosional yang dimiliki seseorang dalam keadaan baik, sehingga mereka mampu menerima kekurangan yang ada pada dirinya sendiri, tidak selalu menyalahkan diri sendiri atas sesuatu yang telah terjadi, memiliki semangat menjalani hidup, mampu bersosialisasi serta memiliki kemampuan untuk menangani masalah yang terjadi di dalam hidupnya (Webster dalam Dewi, 2012). World Economic Forum (2016), menyatakan bahwa pada tahun 2016 masalah kesehatan mental menjadi penyakit serius urutan ke-2 tertinggi setelah penyakit jantung di Indonesia. Orang dengan penyakit mental terus meningkat setiap tahun namun kehadiran lembaga yang menaungi masalah ini jumlahnya tidak seimbang, sehingga masih banyak stigma negatif dan rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya edukasi kesehatan mental. (Kompas.com, 2020).

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016 mengajak seluruh negara di dunia untuk dapat meningkatkan kesadaran pentingnya kesehatan mental, yaitu kemampuan seseorang untuk mengenali potensi yang ada pada dirinya, kemampuan mengatasi tekanan hidup, berkegiatan secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas di sekitarnya. Penduduk dengan usia 15 tahun keatas dari total penduduk Indonesia, mengalami gangguan emosional 9,8 persen, penderita depresi 6,1 persen, penderita skizofrenia 7 persen serta kasus bunuh diri sebesar 1,4 persen (Kemenkes dalam HIMPSI, 2020). Pada tahun 2020, Indonesia merupakan salah satu negara terdampak pandemi COVID-19, pandemi ini dapat berdampak pada kesehatan mental masyarakat, beberapa diantaranya seperti menurunnya performa diri, stress tingkat tinggi, mengalami *burnout* serta timbulnya rasa terkucilkan dan kesepian (Personal Growth Indonesia, 2020). Menurut laporan Kemenkes tahun 2020, terjadi peningkatan kasus kesehatan mental selama terjadinya pandemi COVID-19, sebanyak 277 ribu kasus di Indonesia. Sedangkan pada tahun 2019, hanya terdapat 197 ribu kasus kesehatan

Enrico Yudha Sena, 2021

**PESAN EDUKASI “BERBAGI PERSPEKTIF” PADA YOUTUBE MENJADI MANUSIA DAN KESADARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL KOMUNITAS TEMAN MANUSIA (KTM)**

UPN Veteran Jakarta, FISIP, Ilmu Komunikasi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

mental di Indonesia (MediaIndonesia.com, 2021). Laporan Dinas Kesehatan DKI Jakarta pada tahun 2020, sebanyak 2.160 warga Jakarta melakukan pelayanan kesehatan mental sebagai dampak COVID-19. Laporan Ikatan Psikolog Klinis (IPK) Indonesia mengenai ketersediaan tenaga psikolog klinis sebanyak 2.782 yang tersebar di Indonesia, sebanyak 70 persen psikolog klinis berada di pulau Jawa dan 20 persen berfokus di Jakarta. Data tersebut menunjukkan bahwa seorang psikolog harus mampu menangani 90 ribu orang, sedangkan ketentuan menurut dari WHO adalah 1 orang tenaga psikolog melayani 30 ribu orang. Ketimpangan ini membuat biaya konsultasi psikolog relatif mahal. Wicaksana menyatakan bahwa teknologi dapat membantu memperluas dan menjangkau lebih banyak individu yang membutuhkan tenaga profesional kesehatan mental, cukup hanya melalui gawai masing-masing (Tempo.co, 2020).

Diagnosis masalah gangguan kesehatan mental tidak boleh dilakukan oleh sembarang orang, diagnosis hanya boleh dilakukan oleh psikolog klinis dan psikiater berlisensi (Personal Growth Indonesia, 2020) sehingga diharapkan kesadaran literasi kesehatan mental dapat dikembangkan menggunakan teknologi komunikasi. Kesadaran literasi kesehatan mental merupakan bentuk pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai kesehatan mental berupa pengenalan gangguan kesehatan mental, manajemen kesehatan mental, dan tindakan pencegahan gangguan kesehatan mental (Jorm, 2012). Semakin tinggi tingkat kesadaran literasi kesehatan mental seseorang, maka semakin dapat mendeteksi gangguan kesehatan mental dan mengelolanya secara tepat. Pemahaman dan penanganan kesehatan mental perlu dikembangkan secara luas, baik melalui penempatan tenaga ahli ataupun penyebaran informasi edukasi. Di era Revolusi Industri 4.0 perkembangan teknologi informasi sangatlah dinamis, saat ini masyarakat dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan penggunaan teknologi. Berbagai sektor layanan publik dapat diintegrasikan melalui teknologi komunikasi dan internet. Merujuk laporan yang disampaikan *We Are Social* pada tahun 2020, sekitar 175,4 juta penduduk dari total 272,1 juta penduduk atau lebih dari 50 persen

Enrico Yudha Sena, 2021

**PESAN EDUKASI “BERBAGI PERSPEKTIF” PADA YOUTUBE MENJADI MANUSIA DAN KESADARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL KOMUNITAS TEMAN MANUSIA (KTM)**

UPN Veteran Jakarta, FISIP, Ilmu Komunikasi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

penduduk telah terhubung dengan jaringan internet di Indonesia (DetikInet.com, 2020).

Tahun 2018 hadir salah satu perusahaan media digital dengan ranah psikologi sosial bernama Menjadi Manusia. Menjadi Manusia merupakan media digital yang membahas tentang isu-isu sosial yang ada di kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan kesehatan mental dan berbagai cerita dari berbagai sudut pandang tentang kehidupan seseorang. Mereka hadir dengan tujuan untuk membantu seseorang menemukan makna dari setiap masalah yang terjadi di dalam hidup dan memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Menjadi Manusia diharapkan dapat membantu mengatasi minimnya kesadaran literasi kesehatan mental di kalangan masyarakat Indonesia (Menjadi Manusia, 2020).

Menjadi Manusia hadir melalui berbagai platform digital, salah satunya yaitu Youtube. Pengguna Youtube dapat menonton, memuat dan berbagi video secara gratis serta dapat tersebar mendunia (Faiqah et al., 2016). Menjadi Manusia menghadirkan inovasi konten video dokumenter yang diberi nama “Berbagi Perspektif”, yaitu sebuah konten yang menampilkan cerita inspiratif problematika di dalam kehidupan, serta cerita dari mereka yang pernah memiliki masalah gangguan kesehatan mental. Konten “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia dibuat sebagai bentuk pemberdayaan orang-orang yang telah berdamai dengan masalah kesehatan mental di dalam dirinya, bertujuan untuk dapat menyebarkan pesan positif kepada orang-orang diluar sana yang sedang mengalami hal serupa dengan menampilkan narasumber, materi pembelajaran dari pengalaman hidup narasumber, yang dapat saling menguatkan antar sesama manusia. Proses pembuatan konten video berdasarkan kesepakatan bersama dari pihak Menjadi Manusia dengan narasumber. Saat ini sudah lebih dari 50 episode dari konten “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia dan saat ini kanal Youtube Menjadi Manusia sudah memiliki 660.000 pengikut.

Dalam rangka membangun kesadaran kolektif di masyarakat mengenai literasi kesehatan mental, pada bulan Oktober 2018 sebagai peringatan *World Mental Health Day* atau yang kita kenal dengan Hari Kesehatan Mental Sedunia,

Enrico Yudha Sena, 2021

**PESAN EDUKASI “BERBAGI PERSPEKTIF” PADA YOUTUBE MENJADI MANUSIA DAN KESADARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL KOMUNITAS TEMAN MANUSIA (KTM)**

UPN Veteran Jakarta, FISIP, Ilmu Komunikasi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

Menjadi Manusia membentuk suatu komunitas yang diberi nama Teman Manusia. Pada dasarnya suatu komunitas terbentuk karena manusia membutuhkan tempat berkumpul, memiliki ketertarikan yang sama, serta mencari suatu ikatan perasaan di dalamnya. Komunitas Teman Manusia (KTM) dibentuk untuk menyatukan masyarakat yang ingin mengenal cara menjaga kesehatan mental melalui berbagai sudut pandang pengalaman orang-orang yang pernah mengalaminya. Menurut Tama selaku ketua KTM anggota yang tergabung dalam KTM mayoritas tersebar di pulau Jawa dan umur yang bervariasi mulai dari usia 15 sampai 35 tahun. Dengan hadirnya media sosial, memudahkan masyarakat untuk bergabung kedalam KTM sangat mudah hanya cukup mengisi link yang tertera pada akun KTM di media sosial LINE, sehingga jumlah anggota KTM sudah mencapai 1.910 anggota. Tujuan dari KTM adalah menciptakan ruang diskusi seputar masalah kehidupan tanpa adanya stigma negatif dan memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Menurut Tama selaku ketua KTM, masih banyak anggota KTM yang memiliki kesadaran literasi kesehatan mental rendah dan belum memahami kesehatan mental secara tepat. Maka dari itu KTM berusaha untuk mewadahi dan mengedukasi anggota melalui kegiatan FGD (*Forum Group Discussion*) atau konseling group. Selain itu anggota KTM diharap dapat mencari sumber informasi mengenai kesehatan mental diluar dari komunitas sebagai bentuk penunjang informasi yang telah didapat (MenjadiManusia, 2020).

Melalui inovasi konten Youtube Menjadi Manusia “Berbagi Perspektif” diharapkan dapat membantu anggota KTM dalam membentuk kesadaran literasi kesehatan mental. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pesan Edukasi “Berbagi Perspektif” Pada Youtube Menjadi Manusia dan Kesadaran Literasi Kesehatan Mental Komunitas Teman Manusia (KTM).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Melihat masih banyaknya stigma negatif mengenai masalah kesehatan mental di Indonesia, hal ini menjadikan seseorang merasa sulit terbuka dalam membahas kesehatan mental. Masalah ini dikarenakan minimnya literasi kesehatan mental pada masyarakat. Dari masalah ini Menjadi Manusia hadir untuk membangun kesadaran kolektif mengenai literasi kesehatan mental di masyarakat melalui KTM dan keberadaan pesan edukasi “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia ditujukan sebagai referensi mengenai kesehatan mental bagi anggota KTM.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut: “Apakah pesan edukasi “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia berpengaruh nyata terhadap kesadaran literasi kesehatan mental anggota KTM?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk membuktikan pengaruh pesan edukasi "Berbagi Perspektif" pada Youtube Menjadi Manusia terhadap kesadaran literasi kesehatan mental anggota KTM.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Akademis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk pengembangan teori komunikasi kesehatan terutama dalam pesan edukasi seputar kesehatan mental melalui pemanfaatan media baru yang diterapkan pada konten “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia terhadap kesadaran literasi kesehatan mental anggota KTM.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini ditujukan untuk KTM sebagai langkah aplikatif dalam mempertahankan serta meningkatkan penggunaan Youtube sebagai media penyebaran pesan edukasi untuk upaya meningkatkan kesadaran mengenai literasi kesehatan mental.

## **1.5 Sistematika Penulisan**

Untuk mempermudah pemahaman isi penelitian ini, penulis menguraikan sistematika penulisan dalam penelitian ini menjadi sebagai berikut:

### **BAB I PENDAHULUAN**

Berisi uraian latar belakang penelitian yang menjelaskan alasan peneliti memilih penelitian terkait pesan edukasi “Berbagi Perspektif” pada Youtube Menjadi Manusia terhadap kesadaran literasi kesehatan mental anggota KTM. Dalam bab ini juga terdapat tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan penelitian.

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

Penulis menjelaskan keterkaitan penelitian melalui penelitian terdahulu mengenai kesehatan mental, komunikasi kesehatan, dan media baru. Dalam bab ini juga terdapat teori komunikasi kesehatan, konsep penelitian, kerangka pikir serta hipotesis yang akan dibuktikan dalam penelitian ini.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

Berisikan penjelasan mengenai metode, pendekatan, dan jenis penelitian, penentuan populasi dan sampel penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta tahapan kegiatan dan waktu yang digunakan.

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Berisikan hasil penelitian yang dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif serta analisis inferensial. Dalam bab ini juga terdapat pembahasan hasil penelitian menggunakan penelitian terdahulu dan komunikasi kesehatan.

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Berisi kesimpulan dari hasil penelitian serta saran dari penulis untuk penelitian selanjutnya dan Youtube Menjadi Manusia dalam menyebarkan pesan kesehatan

### **DAFTAR PUSTAKA**

Berisi referensi buku dan jurnal ilmiah yang digunakan penulis untuk mendapatkan data, teori, serta konsep yang berkaitan dengan penelitian.

Enrico Yudha Sena, 2021

*PESAN EDUKASI “BERBAGI PERSPEKTIF” PADA YOUTUBE MENJADI MANUSIA DAN KESADARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL KOMUNITAS TEMAN MANUSIA (KTM)*

UPN Veteran Jakarta, FISIP, Ilmu Komunikasi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]