

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Signifikansi Penelitian

Kampanye peduli kesehatan mental yang diminati banyak orang hingga mempunyai efek signifikan dalam penyampaian pesan kesehatan merupakan sebuah kampanye yang diselenggarakan oleh komunitas Jemari Tangan. Kampanye peduli kesehatan mental ini mempunyai tujuan untuk meningkatkan *awareness* dan pengetahuan masyarakat khususnya remaja yang rentan dengan masalah kesehatan mental dan menjadi suatu *social support* bagi para penderita kesehatan mental. Selain itu, komunitas ini juga mempunyai tujuan untuk memperkenalkan profesi psikolog dan sebagai sistem *support* bagi teman-teman psikolog di luar sana.

Kampanye peduli kesehatan mental yang diselenggarakan komunitas Jemari Tangan ini melibatkan banyak orang sehingga mempunyai dampak yang signifikan dalam masalah kesehatan mental bagi para target komunikasinya. Berdiri sejak tahun 2016 hingga kini anggota komunitas Jemari Tangan semakin berkembang pesat, tercatat lebih dari empat ratus (400) orang mengikuti akun sosial media instagram komunitas ini, dominan pengikutnya merupakan anggota komunitas.

Kampanye peduli kesehatan mental yang dilakukan komunitas Jemari Tangan ialah dengan melalui aktivitas *online* maupun *offline*. Secara *online*, komunitas Jemari Tangan ini melakukan kampanye dengan cara menyebarkan informasi mengenai kesehatan mental melalui *platform* sosial media instagram dan facebook. Selain pada pemanfaatan penggunaan sosial media, komunitas ini juga memanfaatkan *website* sebagai media kampanye kesehatan mental yang dilakukannya. Komunitas Jemari Tangan rutin menyelenggarakan *online* dan *offline campaign* setiap bulannya melalui berbagai kegiatan.

Komunitas Jemari Tangan merupakan salah satu organisasi yang memiliki misi khusus, yakni memasyarakatkan kesehatan mental agar masyarakat lebih *aware* dan peduli dengan isu kesehatan mental melalui kegiatan kampanye “Peduli Kesehatan Mental”. Selain itu, komunitas Jemari Tangan juga mempunyai misi sebagai ajang untuk menyalurkan pengetahuan tentang psikologi.

Komunitas Jemari Tangan melakukan kampanye dengan melalui kegiatan kuratif mengenai masalah kesehatan mental, yakni mengadakan kegiatan konseling. Kegiatan konseling ini hanya dilakukan oleh komunitas Jemari Tangan secara cuma-cuma atau gratis, dan dilakukan dengan cara langsung. Banyak komunitas lain yang *concern* terhadap masalah kesehatan mental juga mengadakan kampanye, yang paling umum ialah melakukan *online campaign*. Mereka juga mengadakan konsultasi namun tidak semuanya bersifat cuma-cuma atau gratis, selain itu, konsultasi ini biasanya diadakan secara *online*. Jika dibandingkan dengan komunitas lain, komunitas Jemari Tangan mempunyai beberapa keunggulan diantaranya adalah mengadakan konsultasi dengan para psikolog handal tanpa dipungut biaya apapun, tidak memiliki iuran apapun, fokus kepada kesejahteraan masyarakat, konsultasi diadakan langsung.

Into The Light Indonesia tidak memberikan layanan konseling dan bukan pusat krisis cepat tanggap 24 jam. [Pelajari lebih lanjut](#)

lbunda.id merupakan tempat curhat dan konsultasi online berbasis psikologi, dengan fokus kepada topik masalah diri, percintaan, pertemanan dan keluarga.lbunda.id bertujuan untuk menjadi tempat atau pertolongan pertama bagi kamu yang memiliki permasalahan

Gambar 1. Pembeda komunitas Jemari Tangan dengan Komunitas Lain

Sumber: Website komunitas In To The Light, Pijar Psikologi, Ibunda, SehatMentalid

*“WHO mencatat 450 juta orang di dunia menderita gangguan mental, dan hampir 1 juta orang melakukan bunuh diri setiap tahun”* (sumber: Riskesdas)<sup>1</sup>, pernyataan ini memperkuat alasan komunitas Jemari Tangan mengkampanyekan peduli kesehatan mental. Hal ini menganggap bahwa masalah kesehatan mental merupakan hal yang penting untuk diperhatikan, agar mendapat perhatian itu maka perlu adanya suatu proses komunikasi untuk menyampaikan pesan itu kepada target komunikasinya supaya tercipta efek yang diharapkan, diantaranya adalah *awarness*.

Kesehatan mental merupakan kondisi emosional dan psikologis seseorang yang mana kondisi tersebut dapat terganggu. Kondisi mental yang terganggu, biasanya dikenal dengan sebutan penyakit mental atau gangguan mental. Penyakit mental merupakan penyakit yang mempengaruhi kondisi emosional dengan mengganggu keseimbangan kimiawi yang ada di dalam otak seseorang. Seseorang yang mengidap penyakit mental biasanya dapat secara negatif mempengaruhi kualitas hidupnya, dalam artian mempengaruhi kondisi fisik dan non fisik penderita. Penderita penyakit mental akan tidak segan untuk melukai dirinya, bahkan sampai dengan mengakhiri nyawa dengan bunuh diri.

Menurut data WHO (2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia, serta 47,4 juta terkena demensia. Di Indonesia sendiri angka penderita penyakit mental menunjukkan peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor biologis, psikologis dan sosial serta adanya tekanan hidup yang kian hari semakin besar, seperti tekanan ekonomi, pengangguran, masalah pekerjaan dan lain sebagainya.

---

<sup>1</sup> Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013

Pada Oktober tahun 2018, WHO (*World Health Organization*) menyatakan bahwa Indonesia menempati posisi ke-7 dunia dalam jumlah terbanyak penderita gangguan kesehatan mental dengan gejala depresi<sup>2</sup>. Selain itu, hasil riset kementerian kesehatan pada riset kesehatan dasar (Riskesmas tahun 2013) menyatakan bahwa sebanyak 6% dari penduduk Indonesia menunjukkan prevalensi gangguan mental yang ditandai dengan gejala depresi dan gangguan kecemasan pada usia 15 tahun ke atas<sup>3</sup>.

OVERALL	DEPRESSION	ANXIETY	ALCOHOL & DRUG USE
China	China	China	China
India	India	India	U.S.
U.S.	U.S.	U.S.	India
Brazil	Brazil	Brazil	Russia
Russia	Bangladesh	Indonesia	Brazil
Indonesia	Russia	Pakistan	Nigeria
Pakistan	Indonesia	Bangladesh	Pakistan

Gambar 2. Peringkat Negara dengan Jumlah Penderita Gangguan Mental tahun 2018<sup>4</sup>  
(Sumber : US News & World Report)

Dilansir dari Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018) sebesar 21,8% dari 31.447 responden warga negara Indonesia berusia 15 tahun ke atas melaporkan gejala depresi sedang atau berat. Hasil tersebut kemudian diklasifikasikan berdasarkan jenis kelamin yang hasilnya adalah sebanyak 21,4 % merupakan jenis kelamin laki-laki dan 22,3% merupakan perempuan. Selain itu penelitian

<sup>2</sup> WHO (World Health Organization)

<sup>3</sup> Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013

<sup>4</sup> US News & World Report

tersebut juga mendapatkan data bahwa sebanyak 32% merupakan perempuan dengan rentang usia 15-19 tahun, 29% laki-laki pada usia 20-29 tahun serta 26% laki-laki pada usia 15-19 tahun <sup>5</sup>. (Sumber Into The Light).

Masalah kesehatan mental merupakan salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat banyak perhatian. Menurut Zakiyah Daradjat (1983) Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi- fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi *problem-problem* biasa yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya <sup>6</sup>.

Kesehatan mental merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat penting untuk disadari. Isu kesehatan mental apabila terus-menerus terpinggirkan akan berpengaruh buruk bagi Indonesia. Penurunan produktivitas terbukti berdampak nyata pada perekonomian. Bahkan menurut WHO (*World Health Organization*) dan WEF (*World Economic Forum*) gangguan mental menjadi beban ekonomi terbesar di seluruh dunia dibandingkan isu kesehatan lain dengan menghabiskan \$2,5 triliun pada tahun 2010 dan diperkirakan menjadi \$6 triliun dolar pada tahun 2030 karena 2/3 dari hilangnya dana terpakai akibat disabilitas dan kehilangan pekerjaan. WHO pun dengan tegas menyatakan bahwa pembangunan kesehatan fisik dan mental secara berimbang merupakan sebuah kewajiban yang harus ditanggung bersama oleh pemerintah dan segenap masyarakat <sup>7</sup>. (Sumber Pijar Psikologi).

Berdasarkan fakta tersebut sudah sepatutnya masyarakat untuk lebih *aware* akan pentingnya kesehatan mental karena berdampak langsung terhadap perekonomian negara dan memengaruhi indeks pembangunan manusia. Banyak hal yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kepedulian masyarakat akan masalah kesehatan mental ini, salah satunya adalah dengan melakukan kegiatan kampanye.

Kampanye merupakan aktivitas komunikasi yang dilakukan secara terencana dengan tujuan untuk mempengaruhi khalayak besar. Kampanye telah

---

<sup>5</sup> Postingan Instagram In to The Light

<sup>6</sup> Daradjat, Zakiyah. (1983). Islam dan Kesehatan Mental. Jakarta : Gunung Agung.

<sup>7</sup> Pijar Psikologi

menjadi sebuah warisan yang dihormati sebagai suatu instrumen yang bertujuan untuk perubahan sosial bagi masyarakat. Orang-orang lebih memahami kampanye sebagai alat untuk menyerang ataupun kegiatan yang bersifat negatif. Berbeda dengan kampanye pada kesehatan mental dimana penggunaan kampanye sebagai komunikasi kesehatan mental bersifat mengabdikan atau bantuan sebagai bentuk penyampaian informasi kepada orang-orang yang menderita atau memiliki resiko dalam bidang kesehatan mental.

Kampanye merupakan aktivitas komunikasi yang dilakukan oleh suatu organisasi, di mana komunikasi tersebut telah direncanakan secara langsung dan ditetapkan dalam kurun waktu tertentu untuk mencapai suatu tujuan dan citra positif dari masyarakat. Kegiatan kampanye biasanya bersifat sosial, pendidikan, politik maupun yang berkaitan dengan misi khusus suatu organisasi.

Dengan diadakannya kampanye peduli kesehatan mental oleh komunitas Jemari Tangan ini, diharapkan mampu untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat khususnya mereka yang tinggal di daerah Ibu Kota Jakarta. Pada dasarnya sehat merupakan salah satu kondisi yang sangat diinginkan oleh setiap orang, karena sehat merupakan kondisi di mana seseorang merasakan keseimbangan di dalam tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin meneliti bagaimana strategi kampanye yang dilakukan oleh komunitas Jemari Tangan dalam memasyarakatkan masalah kesehatan mental agar terciptanya *awareness* dan kepedulian masyarakat dengan masalah kesehatan mental ini. Langkah-langkah dan metode seperti apa yang akan dilakukan komunitas Jemari Tangan dalam melaksanakan kampanye Peduli Kesehatan Mental ini agar komunikasi yang disampaikan kepada masyarakat dapat diterima dengan baik, serta mengenai faktor penting yang menjadi fokus strategi komunitas Jemari Tangan dalam pelaksanaan kampanye Peduli Kesehatan Mental tersebut.

## 1.2 Fokus Penelitian

Pada penelitian ini penulis berfokus pada strategi kampanye Kesehatan Mental yang dilakukan oleh Komunitas Jemari Tangan dalam memasyarakatkan masalah kesehatan mental secara *offline* dan *online*.

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

Sesuai dengan uraian permasalahan di atas maka dapat disimpulkan pertanyaan penelitian yang akan dibahas pada penelitian ini adalah :

1. Mengapa komunitas Jemari Tangan mengadakan kampanye Peduli Kesehatan Mental ?
2. Bagaimana strategi pelaksanaan kampanye Peduli Kesehatan Mental komunitas Jemari Tangan ?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Dengan deskripsi tujuan yang telah dikemukakan di atas, Penulis berharap agar penelitian ini dapat memberi manfaat antara lain:

1. Untuk mengetahui alasan komunitas Jemari Tangan melakukan kampanye Peduli Kesehatan Mental.
2. Untuk mengetahui strategi keberhasilan kampanye Peduli Kesehatan Mental yang dilakukan komunitas Jemari Tangan.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Dengan deskripsi tujuan yang telah dikemukakan di atas, Penulis berharap agar penelitian ini dapat memberi manfaat antara lain:

#### **1.5.1 Manfaat Akademis**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu komunikasi terutama hubungan masyarakat. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberi kontribusi terhadap

penelitian lebih lanjut tentang strategi kampanye Peduli Kesehatan Mental yang dilakukan komunitas Jemari Tangan dalam memasyarakatkan pentingnya kesehatan mental agar masyarakat lebih *aware* dan peduli dengan masalah kesehatan mental.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

Diharapkan penulisan penelitian ini berguna bagi segala pihak khususnya penulis dan pembaca. Manfaat praktis yang penulis harapkan diantaranya :

1. Diharapkan dapat menambah dan mengembangkan wawasan pengetahuan dalam kajian ilmu komunikasi dan teori-teori komunikasi khususnya di bidang Hubungan Masyarakat.
2. Diharapkan dapat berguna bagi para pembaca dalam memahami urgensi masalah kesehatan mental. Sehingga para pembaca dapat memetik pembelajaran yang berguna untuk kehidupan sosialnya.

### **1.6 Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Uraian mengenai hal-hal yang relevan dengan penelitian. Berisi tentang signifikansi penelitian, fokus penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat teoritis dan manfaat praktis serta sistematika penulisan.

#### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

Bab ini berisikan penelitian terdahulu, teori dasar yang berkaitan dengan penelitian, konsep-konsep penelitian dan kerangka berpikir.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

Pada bab ini membahas mengenai cara dan prosedur bagaimana kegiatan penelitian dilakukan. Metode penelitian ini berisi pendekatan penelitian, jenis penelitian, metode pengumpulan data, metode analisis data, teknik keabsahan data dan waktu serta tempat penelitian.

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

Bab ini berisikan analisis penguraian secara mendetail mengenai penelitian untuk memberikan jawaban atau solusi terhadap masalah penelitian dan merupakan gambaran kemampuan penulis dalam memecahkan masalah

### **BAB V PENUTUP**

Pada bab ini berisikan kesimpulan yang merupakan kristalisasi hasil analisis serta berisikan saran yang menyatakan pemahaman peneliti tentang masalah yang diteliti.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Memuat daftar pustaka berupa referensi yang digunakan penulis dalam penyusunan penelitian seperti judul buku, jurnal dan bahan-bahan penerbitan lainnya yang dilengkapi dengan informasi dari sumber yang digunakan.

### **LAMPIRAN**

Berisikan data-data pendukung penelitian.