

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masalah kesehatan mental telah menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia (Maharani, 2023). Kesehatan mental dinilai sama pentingnya seperti kesehatan fisik bagi setiap manusia. Berdasarkan data dari Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja yang memiliki masalah kesehatan mental dan 2 juta remaja yang memiliki gangguan mental berdasarkan Statistics Indonesia pada tahun 2021 (Gloria, 2022). Selain itu, berdasarkan riset Tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja Universitas Indonesia bahwa di rentang usia 16-24 tahun atau usia transisi dari remaja menuju dewasa merupakan masa kritis kesehatan mental di Indonesia (Kaligis, 2021).

Gambar 1. Hasil Riset oleh The Conversation



Sumber: Situs The Conversation, 2021

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

Banyak faktor yang menyebabkan remaja di Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental diantaranya tekanan akademik seperti beban tugas sekolah yang berat serta persaingan akademik yang semakin tinggi. Hal ini seringkali menjadi faktor stress yang signifikan untuk remaja. Kemudian perubahan sosial dari masa anak-anak ke masa remaja kemudian menuju kehidupan dewasa. Adanya perubahan sosial atau lingkungan menyebabkan ketidakstabilan sosial yang mampu memengaruhi kesehatan mental seseorang. Faktor lain adalah stigma atau kurang sadar akan pentingnya kesehatan mental. Stigma mengenai kesehatan mental di masyarakat membuat seseorang yang mengalami permasalahan ini akan menghalangi mereka untuk berbicara atau meminta bantuan tentang masalah mereka (Ardhi, 2022).

Faktor lain yang kuat dalam memengaruhi kesehatan mental seseorang adalah pengaruh penggunaan media sosial. Russell Viner dari UCL Great Ormond Street Institute of Child Health (dalam Asmelash, 2019) mengatakan bahwa media sosial sendiri tidak bisa disalahkan atas masalah kesehatan mental, namun penggunaannya bisa mengurangi kualitas tidur, sekaligus membuat penggunanya rentan terhadap cyberbullying. Hal itu yang menyebabkan penurunan kesejahteraan dan masalah kesehatan mental. Dampak negatif lainnya seperti masyarakat menjadi kecanduan media sosial sehingga menimbulkan beberapa permasalahan dalam kehidupan sehari-hari, mampu menurunkan kemampuan sosial saat bersosialisasi secara langsung. Bashir dan Bhat mengungkapkan bahwa beberapa masalah kesehatan mental seperti stress, depresi, kesepian dan gangguan kecemasan berkaitan dengan penggunaan media sosial (Septiana, 2021).

Akibat gangguan kesehatan mental yang dialami, beberapa diantaranya berakhir dengan bunuh diri, seperti pada bulan Mei tahun 2022 diketahui seorang remaja di Bekasi tewas gantung diri diduga depresi akibat perceraian orang tua nya (Andre, J., & Sari, 2019). Hingga saat ini, isu kesehatan mental adalah isu yang banyak dibahas setelah ditemukan banyaknya kasus gangguan kesehatan mental yang

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

terjadi (KEMENKES, 2024). Menurut halodoc.com, generasi Z dari rentang tahun kelahiran 1997-2012 memiliki mental yang lemah karena tumbuh dengan perkembangan teknologi dan media sosial yang mampu menunjukkan keadaan dunia nyata dan paparan ujaran kepada dirinya sehingga mereka lebih intens dalam mengalami stress. National Institute of Mental Health melaporkan bahwa risiko gangguan mental pada seseorang yang berusia 18-25 tahun bisa terjadi akibat penggunaan media sosial (Fadli, 2023).

Menyadari tingginya gangguan kesehatan mental dan dampaknya terhadap remaja hingga dewasa, banyak organisasi atau komunitas yang mulai memberikan edukasi sebagai komunikasi persuasif tentang kesehatan mental dengan tujuan membentuk kesadaran dalam menjaga kesehatan mental bagi masyarakat luas. Contohnya seperti yang dilakukan oleh KSR-PMI Universitas Widyagama pada tanggal 19 Mei 2023. Dalam wawancaranya, Ketua Bidang Pelayanan Sosial Kesehatan Masyarakat KSR-PMI Apriliani mengatakan penyelenggaraan seminar ini setelah melihat fenomena bunuh diri yang dilakukan usia remaja karena kurangnya edukasi mengenai kesehatan mental serta proses dalam mengenali diri sendiri. Seminar ini mengangkat sebuah topik perjalanan dalam mengenali diri sendiri dengan judul “Who Am I? Find (Me) Journey”. Harapan dari seminar ini adalah membuat masyarakat mengenali masalah kesehatan mental dengan baik sehingga berdampak baik untuk kesehatan fisik mereka (Agustina, 2023)

Selain seminar secara *offline*, banyak juga komunitas yang memberikan edukasi melalui media *online* seperti media sosial. Salah satu media yang banyak digunakan dalam penyebaran edukasi kesehatan mental adalah Instagram. Adapun salah satu akun Instagram yang sejauh ini banyak mengedukasi tentang kesehatan mental adalah akun Petualangan Menuju Sesuatu. Akun ini terbentuk pada tahun 2018 yang dikelola oleh empat orang mahasiswa dari Universitas Ciputra yaitu Livia Angelica sebagai *main storyteller*, Samantha Teonata sebagai *main outliner*, Michelle

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

Jasmine sebagai *main colorist* dan Christopher Kevin sebagai *main technician*. Petualangan Menuju Sesuatu sering berkolaborasi dengan akun lain yang juga mendalami seputar kesehatan mental. Akun ini memiliki tujuan untuk menyebarkan kesadaran tentang kesehatan mental yang berbeda lainnya yang membahas kesehatan mental juga yaitu Studio Djiwa. Perbedaannya adalah adanya karakteristik unik dari karakter utama dalam akun ini yang bernama Blob.

Gambar 2. Akun Instagram Resmi Petualangan Menuju Sesuatu



Sumber: Akun Instagram @petualanganmenujusesuatu, 2023

Gambar 3. Aktivitas Publikasi Konten Instagram Petualangan Menuju Sesuatu



Sumber: Akun Instagram @petualanganmenujusesuatu, 2023

Tasya Noor Amalia, 2024
PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL
 UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi
 [www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

Karakter Blob dalam komik digital yang dibuat oleh akun @petualangan menuju sesuatu ditampilkan dalam bentuk karakter Jelly Jingga sebagai pemeran utama. Menurut salah satu *co-founder* yaitu Christopher, karakter ini merupakan makhluk yang sedang mengalami depresi. Bentuk dari karakter ini jelly jingga yang menggunakan topi dan di atas topinya terdapat makhluk kecil berwarna hitam yang bernama Depresso yang dijelaskan dalam akun Youtube Gema TV PNJ. Karakter berwarna hitam ini merupakan perwujudan dari depresinya Blob. Karakter Blob pertama kali diluncurkan pada 28 Juni 2018. Akun ini menyebut para pengikut dengan sebutan “Para Pencari”. Karakter Blob mengajak para pencari (*followers*) untuk menghadapi dan mengatasi setiap permasalahan hidup yang terjadi. Selain itu, Blob juga menjadi teman untuk para pencari yang tengah berjuang dalam menghadapi permasalahan seputar kesehatan mental.

Gambar 4. Karakter Blob



Sumber: Akun Instagram @petualanganmenujusesuatu, 2023

Akun @petualanganmenujusesuatu menggunakan teknik *storytelling* yang bisa menarik dan menggugah emosi seperti penggunaan karakter yang kuat sehingga mampu menarik perhatian audiens dan memicu rasa ingin tahu mereka. Kemudian

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

menyebutkan konflik yang berhubungan dengan kesehatan mental yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari hingga akhirnya menarik perhatian dalam mengetahui bagaimana cara untuk mengatasinya contohnya cara menghadapi berdamai dengan kegagalan, krisis hidup, hubungan dengan makhluk lain dan lain-lain. Kemudian visual dari cerita-cerita yang disampaikan terlihat detail dan kaya sehingga bisa membantu audiens untuk membayangkan jika kejadian yang diceritakan terjadi di diri mereka. Dengan gambaran yang kuat maka bisa membantu menghidupkan cerita dalam pikiran audiens.

Teknik penceritaan atau *storytelling* bukanlah hal yang baru. Teknik ini telah banyak diterapkan pada berbagai industri seperti industri pendidikan, marketing, periklanan, dan lain-lain. Teknik bercerita menjadi salah satu cara dalam mengedukasi contohnya edukasi mengenai kesehatan mental. Teknik *storytelling* digunakan oleh banyak pihak baik sebuah komunitas bahkan pihak berwajib yang menangani permasalahan ini. Adapun penggunaan teknik bercerita dalam edukasi kesehatan mental diharapkan bisa lebih mengena, mudah dimengerti oleh seseorang yang membutuhkan dan menjadi cara yang menarik dalam menyebarkan cara preventif dalam mencegah terjadinya permasalahan kesehatan mental seseorang serta akibat yang ditimbulkan dari hal tersebut (Sirait, 2023).

Storytelling sendiri menjadi salah satu cara berkomunikasi dengan mudah serta efektif namun dengan cara yang sederhana. Pesan dengan bentuk *digital storytelling* merupakan contoh dari komunikasi persuasif yang diterapkan dalam akun Instagram Petualangan Menuju Sesuatu. Persuasif menurut Rakhmat (2007) yaitu proses komunikasi untuk memengaruhi pendapat, sikap dan tindakan orang dengan menggunakan manipulasi psikologis sehingga orang tersebut bertindak seperti atas kehendaknya sendiri. Komunikasi persuasif tentang kesehatan mental yang menggunakan *storytelling* harus memiliki tujuan yang pasti dimana terbagi dalam tiga tujuan yaitu tujuan afektif untuk menyebarkan kesadaran akan kesehatan mental,

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

tujuan kognitif untuk mengubah stigma negatif tentang kesehatan mental, serta tujuan konatif untuk mendorong penderita masalah kesehatan mental untuk mencari bantuan tenaga profesional (Hadhinoto, P. S., & Oktavianti, 2019).

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini seperti yang dilakukan oleh Priscilla S.H & Roswita Oktaviani (2019) strategi menggunakan komik digital sebagai komunikasi persuasif terhadap kesehatan mental dinilai memengaruhi dengan adanya karakter yang menarik dan memiliki latar belakang. Kemudian penelitian Rino Basudewa (2018) menunjukkan bahwa adanya pengaruh kekuatan *storytelling* terhadap perilaku empati pada *followers* akun Instagram @proud.project. Kontribusi dari kekuatan *storytelling* terhadap perubahan perilaku empati sebesar 21,8% dan sisanya 78,2%.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Grace, dkk. (2020) menyatakan bahwa penggunaan media baru seperti internet dan media sosial bisa menjadi sebuah solusi dalam meningkatkan literasi mengenai kesehatan mental pada remaja atau muda-mudi. Kemudian berdasarkan penelitian Pinasthika (2022) bahwa cerita interaktif dapat menjadi media alternatif untuk mengedukasi masyarakat umum untuk menanamkan pemahaman yang lebih mendalam tentang masalah kesehatan, terutama mengenai infertilitas yang menjadi poin permasalahan dalam penelitian ini. Anisah, dkk. (2021) mengemukakan dalam penelitiannya bahwa informasi kesehatan di akun Instagram telah membantu dan bermanfaat bagi kebutuhan individu terkait kesehatan mereka. Prasetyawati (2021) menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa penggunaan digital *storytelling* dalam kanal edukasi digital “Kok Bisa?” dilakukan untuk menjaga antusiasme audiens dan kesesuaian konten edukasi terhadap audiensnya. Narasi yang berisi informasi edukatif bermakna bisa menarik dan bermanfaat bagi masyarakat.

Penelitian yang dilakukan oleh Solomon (2019) mengatakan bahwa penggunaan digital *storytelling* dianggap penting dan bermanfaat untuk mengetahui

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

adanya perbedaan dari berbagai budaya khususnya dalam dunia perkuliahan. Shen et al. (2015) menemukan bahwa pesan naratif dapat berpengaruh dalam mengubah sikap, niat dan perilaku, apalagi dengan menggunakan audio dan video atau menggunakan teks yang lebih panjang bisa sangat efektif. Narasi juga dianggap bisa efektif jika konten berfokus pada deteksi dan pencegahan penyakit. Penelitian yang dilakukan oleh Ma, Z., & Nan (2018) yang semakin memperkuat bahwa narasi lebih efektif daripada non-narasi dalam mempromosikan sikap yang baik terhadap orang dengan penyakit mental.

Menurut Ritonga (dalam Pradipta, N. A., Sukarelawati, S., & Kusumadinata, 2017) dalam upaya menumbuhkan kesadaran seseorang, komunikasi persuasif merupakan usaha secara sadar untuk mengubah seseorang dalam beberapa hal seperti pikiran dan tindakan menggunakan motif-motif yang telah dimanipulasi kearah tujuan yang telah ditetapkan. Arti dimanipulasi dalam artian untuk mengubah mindset atau pemikiran seseorang. Rahmawan (dalam Pradipta, N. A., Sukarelawati, S., & Kusumadinata, 2017) memperkuat pernyataan bahwa komunikasi persuasif merupakan kegiatan komunikasi dengan tujuan membuat perubahan dalam hal pengetahuan, mental, sikap dan perilaku individu yang ditargetkan terhadap perbaruan yang ditawarkan.

Akun @petualanganmenujusesuatu menggunakan konsep *storytelling*, berusaha untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental serta mencerminkan kondisi dan pengalaman yang mungkin dirasakan oleh pengikut akun mereka dengan tujuan membentuk sikap bahkan kecenderungan untuk berperilaku menjaga atau lebih peduli terhadap kesehatan mentalnya. Dengan adanya keterkaitan seperti media sosial, kesehatan mental, *storytelling* dan komunikasi persuasif, maka bisa menjadi acuan dan referensi dalam menyusun penelitian. Sesuai dengan penjelasan dari latar belakang permasalahan yang ada, peneliti ingin meneliti *followers* akun Instagram @petualanganmenujusesuatu. Dalam *storytelling*, peneliti

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

ingin melihat pengaruh *storytelling* yang diterapkan akun Instagram @petualanganmenujusesuatu sebagai komunikasi persuasif terhadap sikap menjaga kesehatan mental *followers*-nya. Judul yang peneliti angkat pada penelitian ini adalah **“Pengaruh Storytelling Akun Instagram @petualanganmenujusesuatu Sebagai Komunikasi Persuasif Terhadap Sikap dalam Menjaga Kesehatan Mental”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Apakah terdapat pengaruh *storytelling* akun Instagram @petualanganmenujusesuatu sebagai komunikasi persuasif terhadap sikap dalam menjaga kesehatan mental *followers*?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan praktis

Untuk mengetahui pengaruh *storytelling* sebagai komunikasi persuasif terhadap sikap *followers* @petualanganmenujusesuatu dalam menjaga kesehatan mental.

2. Tujuan teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang apakah *storytelling* dapat memengaruhi sikap dalam menjaga kesehatan mental. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai landasan teoritis bagi penelitian-penelitian yang memiliki topik serupa.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Akademis

Manfaat bagi program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UPN Veteran Jakarta bahwa penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi sebagai referensi seputar *storytelling* di media sosial, kesehatan mental serta memberikan manfaat bagi peneliti lainnya yang menggunakan teori dan pendekatan yang sama saat melakukan penelitian.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi, masukan dan pembelajaran untuk akun Instagram @petualanganmenujusesuatu, *storytelling* dan sikap dalam menjaga kesehatan mental untuk mahasiswa akhir dan *fresh-graduate* sebagai subyek penelitian.

1.5 Sistematika Penulisan

Skripsi ini disusun secara keseluruhan dan sistematis yang terdapat beberapa bab didalamnya. Untuk mempermudah, maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut.

BAB I PENELITIAN

Di dalam bab ini akan berisi latar belakang mengenai masalah penelitian peneliti yaitu semakin disadari bahwa permasalahan kesehatan mental menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Dengan itu, perlunya pemahaman yang ditanam di benak masyarakat mengenai kesehatan mental hingga mencapai kesadaran berkat memanfaatkan media sosial. Pengaruh yang disebabkan oleh konten-konten yang ada di Instagram seperti yang dilakukan oleh akun Instagram Petualangan Menuju Sesuatu berisi cerita-cerita mengenai kesehatan mental di kehidupan sehari-hari dalam bentuk *storytelling*. Ini merupakan satu bentuk komunikasi persuasif

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

dengan tujuan pemahaman akan kesadaran kesehatan mental yang baik dan membentuk sikap dalam menjaga kesehatan mental masyarakat saat ini. Selain itu terdapat perumusan masalah, tujuan, manfaat serta sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini akan berisi mengenai konsep penelitian yang terdiri dari media sosial, *storytelling*, sikap dalam menjaga kesehatan mental serta teori yang digunakan yaitu *Narrative Transportation Theory* (Teori Transportasi Naratif). Kemudian terdapat kerangka pemikiran teoritis yang merupakan gambaran umum serta alur berpikir penelitian dan hipotesis yaitu jawaban sementara dari masalah penelitian yang terdapat dalam rumusan masalah.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini membahas mengenai metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner (angket) yang disebarakan kepada responden, sumber data, teknik analisis data, definisi operasional variabel serta waktu dan tempat penelitian.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Di dalam bab ini akan dijelaskan hasil temuan data dengan *storytelling* sebagai komunikasi persuasif di media sosial terhadap sikap dalam menjaga kesehatan mental.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Bab terakhir ini menjelaskan tentang kesimpulan serta saran peneliti berupa saran teoritis dan praktis berdasarkan hasil yang telah didapatkan dan dibahas.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar pustaka terdapat berbagai sumber referensi data yang digunakan peneliti dalam penyusunan penelitian ini seperti buku, artikel ilmiah, serta website.

Tasya Noor Amalia, 2024

PENGARUH STORYTELLING AKUN INSTAGRAM @PETUALANGANMENUJUSESUATU SEBAGAI KOMUNIKASI PERSUASIF TERHADAP SIKAP DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]