

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Aspek psikologi menjadi unsur penting dalam kehidupan remaja untuk menentukan arah dan kualitas hidup di masa yang akan datang. Oleh karena itu, pengetahuan dan pembahasan seputar psikologi menjadi sangat penting untuk menambah wawasan remaja. Kondisi psikologi remaja perlu menjadi perhatian khusus karena merupakan tahapan untuk mencari jati diri sehingga akan mengalami perubahan secara fisik dan mental. Remaja cenderung kurang terbuka terhadap kondisi yang dialami selama tahap pertumbuhan. Terdapat banyak kasus yang menyerang aspek psikologis remaja dimulai dari gejala-gejala seperti tidak dapat mengeluarkan pendapat, tidak mampu menyampaikan ide atau gagasan, merasa cemas atau takut jika hendak menyampaikan sesuatu (Johnson, 1990).

Pandemi Covid-19 yang mulai menyebar di Indonesia pada Maret 2020 tidak hanya menyerang sektor kesehatan, melainkan memberikan efek ke beberapa sektor lain seperti perekonomian, tenaga kerja, dan menimbulkan masalah sosial. Salah satu masalah sosial yang muncul akibat pandemi ini adalah permasalahan psikologis. Berdasarkan kajian mengenai Gangguan Kesehatan Mental saat Pandemi yang disusun oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menunjukkan bahwa dari 4010 responden, 64,8% diantaranya mengalami

masalah psikologis yang terbagi menjadi tiga jenis, yaitu 65% mengalami cemas, 62% depresi, dan 75% trauma. Melalui pembagian pada riset tersebut, diketahui bahwa kelompok usia < 20 tahun menempati posisi ke-3 yang memiliki masalah psikologis terbanyak sebesar 64% (PDSKJI, 2020).

World Health Organization (WHO) menetapkan rentang usia remaja yaitu 10-19 tahun sehingga membuktikan bahwa terdapat banyak permasalahan psikologis yang dialami oleh remaja. Psikologi remaja merupakan masalah yang penting, tercermin dari salah satu kasus permasalahan psikologis yang terjadi pada seorang siswi kelas dua SMA Negeri 18 berinisial MI di Sulawesi Selatan yang ditemukan tewas usai menenggak racun serangga karena beban tugas *online* yang diberikan dari pihak sekolah. Selain itu, kasus serupa juga terjadi pada siswi kelas satu SMP di kawasan Jakarta Utara yang mengakhiri hidup karena tekanan yang dialami selama proses sekolah *online* (Anisya, 2020).

Sistem pembelajaran jarak jauh atau yang biasa disebut dengan PJJ bukan hal yang mudah bagi banyak anak-anak dan orang tua yang mendampingi. Terdapat beragam faktor yang memicu timbul rasa stres pada anak ketika menjalani dan menyelesaikan sekolah *online*. Kesulitan yang dialami oleh anak ketika menjalani sekolah *online* dapat berujung pada tekanan mental yang menyebabkan anak menjadi stres. Peran orang tua sangat penting dalam mendampingi anak menjalani proses PJJ, tetapi tidak semua orang tua memiliki waktu dan memberikan perhatian yang cukup untuk anak sehingga mengakibatkan tekanan mental pada anak

semakin parah dan dapat berakibat fatal seperti kasus bunuh diri (Anisya, 2020). Anak remaja memiliki pergaulan di luar rumah yang menjadi salah satu sumber kebahagiaan mereka. Situasi pandemi memaksa anak-anak untuk tetap berada di rumah sehingga dapat memicu masalah pada mental anak.

Pemikiran bunuh diri rawan muncul pada remaja. Menurut Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Bidang Pendidikan Retno Listyarti, mengutip data Global School-Based Student Health Survey (2015) di Indonesia, remaja perempuan yang memiliki pemikiran untuk bunuh diri mencapai 5,9%, sedangkan remaja pria 4,3%. Sementara itu, pelajar usia 13-17 tahun yang sudah melakukan percobaan bunuh diri mencapai 4,4% remaja pria, sedangkan remaja perempuan 3,4% (Wirawan, 2020).

Setidaknya ada tiga pemicu bunuh diri di Indonesia, yaitu kesepian, perundungan, dan kekerasan seksual (Wisnubrata, 2019). Fakta ini sesuai dengan temuan Badan Organisasi Kesehatan Dunia yang menunjukkan bahwa banyak kanak-kanak dan orang muda melakukan tindakan bunuh diri sebagai akibat kekerasan fisik, kekerasan seksual, dan perundungan yang diterima secara *offline* atau *online* (WHO, 2014). Sementara itu, efek media atau yang dikenal dengan *Werther Effect* juga diduga memperburuk dan menjadi salah satu faktor peningkatan angka bunuh diri (Kresna, 2019).

Berdasarkan data yang dihimpun oleh Satgas Ikatan Psikolog Klinis Indonesia (IPKI), terdapat enam masalah psikologis tertinggi berdasarkan

keluhan dan hasil diagnosis oleh psikolog klinis ditemukan masalah belajar yang kebanyakan menimpa anak-anak dan remaja, keluhan *stress*, cemas, dan *mood swing*.

Dengan demikian, karya ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi bagi remaja untuk mengetahui banyak hal terkait psikologi yang sangat penting bagi hidup mereka, khususnya dalam aspek pendidikan saat pandemi. Karya ini akan dikemas dengan format *talkshow* yang akan menghadirkan narasumber yang bersedia membagikan kisah hidup mereka agar dapat menumbuhkan kesan kedekatan bagi penonton yang memiliki pengalaman serupa dan ahli untuk menambah dan memperluas wawasan serta menjadi solusi bagi penonton. Program *talkshow* menjadi salah satu dari sekian banyak pilihan acara yang memiliki daya tarik bagi penonton. Format ini memiliki daya tarik pada rangkaian informasi yang disajikan kepada penonton. Mulai dari *talkshow* berita hingga hiburan. *Talkshow* sendiri dikategorikan menjadi dua, yaitu berita dan nonfiksi (Fachruddin, 2017).

Talkshow nonfiksi adalah sebuah program wicara yang lebih berfokus pada keanekaragaman masalah sosial dan *human interest* serta tidak berkaitan dengan *hard news* dan bersifat *timeless* (Dewi, 2016). Permasalahan psikologi terutama yang terjadi pada remaja merupakan masalah sosial yang nyata terjadi pada kehidupan sehari-hari. Format ini sangat cocok untuk menyampaikan masalah sosial terkait psikologi remaja agar informasi yang ingin disampaikan dapat dengan efektif tersalurkan. Selain itu, remaja yang akan menjadi narasumber memiliki

kesempatan untuk membagikan cerita dan pengalaman yang mereka hadapi secara terbuka dan mendapat solusi dari ahli yang dapat membantu menyelesaikan permasalahan. Hal tersebut dapat terjadi karena *talkshow* merupakan sebuah sarana informasi yang bersifat dua arah sehingga ada *counter back* yang diberikan pembawa acara kepada narasumber (Dewi, 2016).

Menurut dokter kesehatan jiwa yang juga tergabung dalam Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, dr. Andri, SpKJ, FAPM, kunci utama dan hal pertama yang dapat dilakukan untuk mengatasi gejala depresi adalah bicara (Dewi, 2017). Oleh karena itu, program ini diharapkan dapat menjadi sarana bagi remaja untuk berbicara dan menceritakan pengalaman serta masalah yang sedang dihadapi seputar psikologi remaja dalam aspek pendidikan di masa pandemi dan mendapatkan solusi.

Saat ini media telah mengalami pergeseran dari konvensional ke media dalam jaringan. Berbeda dengan media konvensional, media daring memiliki karakteristik, yaitu interaktivitas dengan pengguna/pembaca (*interactivity*), kecepatan dalam pendistribusian informasi (*immediacy*), serta kemampuan media *online* yang dapat tumbuh dan berkembang di berbagai *platform* dan dikemas dengan berbagai format (multimedia). Dengan adanya karakteristik tersebut, media daring dapat memenangkan persaingan karena kepraktisannya dalam mendistribusikan segala informasi dan hal ini dapat memancing interaksi dari pembaca atau pengguna (Robinson, 2011).

Media dalam jaringan tentu tidak dapat diakses tanpa bantuan internet. Saat ini, internet merupakan medium yang luas untuk mengakses pemberitaan atau informasi. Pertumbuhan internet yang pesat dapat terlihat dari survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dan *Polling* Indonesia pada 2018. Hasil survei tersebut memaparkan bahwa setengah populasi dari 171,2 Juta masyarakat Indonesia sudah menggunakan akses internet. Dengan demikian, keberadaan internet mengakibatkan masyarakat Indonesia mengalami perubahan dalam mengonsumsi informasi karena semakin mudah akses untuk menemukan pemberitaan (Mediatama, 2019).

Menurut survei yang dilakukan oleh We Are Social, sebanyak 150 juta penduduk Indonesia aktif menggunakan media sosial dan Youtube menjadi *platform* yang paling banyak diakses, yaitu sebesar 88% dari total pengguna media sosial pada 2019. Mayoritas pengguna media sosial di Indonesia berusia dari 18-34 tahun dan lebih dari setengahnya adalah laki-laki (Redaksi, 2019). Menilik dari berbagai riset tersebut, karya ini dikemas dengan format video sebagai wadah untuk menyalurkan edukasi tentang psikologi remaja yang disajikan dalam sebuah *talkshow* sekaligus gameshow dan akan diunggah melalui Youtube.

Menurut survei yang dilakukan oleh sebuah perusahaan *entertainment* Digital Defy Media, generasi Z dan milenial muda menganggap video digital sebagai bagian penting dalam hidup mereka (Amalia, 2016). Oleh karena itu, karya ini dikemas menggunakan format

video dengan harapan dapat menjadi sarana memperoleh informasi terkait psikologi di kalangan remaja.

Berdasarkan laporan tahunan Defy Media pada 2016 yang berjudul "Youth Media Diet", terbukti bahwa 65% orang berumur 13-24 tahun terus mengonsumsi video sejak awal hari hingga sebelum pergi ke sekolah atau berangkat kerja dan hingga sore hari. Selain itu, menurut laporan Mashable pada 2016, terdapat 57% responden mengatakan video digital berfungsi untuk memperbaiki *mood* mereka, 61% menyebutkan menonton video sebagai cara menghilangkan stres, 60% mengonsumsi video untuk mengetahui berita terbaru, 47% menggunakan video untuk belajar sesuatu yang baru dan 44% menonton video untuk membantu mereka tidur (Amalia, 2016). Dengan demikian, video program *talkshow LIPTEEN* yang akan ditayangkan di kanal Youtube dapat menjangkau sebagian remaja yang menonton Youtube agar dapat menghibur, mengurangi stres, hingga menyadarkan bahwa mereka tidak sendiri karena terdapat narasumber yang akan membagikan kisah hidup serupa.

Munculnya pandemi Covid-19 menimbulkan perubahan dalam kehidupan secara keseluruhan. Perubahan yang terjadi dalam hidup berpotensi memberikan dampak yang signifikan terhadap kepribadian seseorang dalam fenomena psikologis (Dewi, 2020). Fenomena psikologis tersebut terjadi akibat berkurangnya intensitas sosialisasi secara langsung, kontak fisik yang biasa sering dilakukan menjadi berkurang, dan menyebabkan sebagian besar orang beralih melakukan kegiatan secara virtual.

Pandemi menggeser gaya hidup seseorang yang sebelumnya memiliki berbagai kegiatan di luar rumah menjadi menghabiskan lebih banyak waktu di rumah. Beberapa orang merasakan pengalaman takut, cemas, dan sedih selama masa pandemi, salah satunya perasaan trauma yang disebabkan oleh perubahan besar (Dewi, 2020).

Berbeda dengan *talkshow* pada umumnya, *LIPTEEN* akan berfokus pada topik permasalahan psikologis yang dialami remaja pada saat pandemi. Program *talkshow LIPTEEN* hadir untuk menjadi wadah bagi remaja agar dapat terbuka membicarakan kondisi dan permasalahan psikologis yang dialami ketika menempuh sistem pendidikan selama masa pandemi ini. *Talkshow* ini memiliki peran penting untuk menjadi sarana informasi dan hiburan bagi remaja dengan membahas topik sensitif yang dikemas secara menarik dan disajikan dengan interaktif.

LIPTEEN diharapkan mampu menjadi sarana yang tepat untuk khalayak yang ingin memperoleh informasi tentang psikologi remaja dan pendidikan di masa pandemi secara mendalam, tetapi tetap menghibur. Psikologi remaja di masa pandemi merupakan topik yang menarik dan penting untuk dibahas karena pandemi merupakan peristiwa besar yang membawa dampak terhadap psikologi seseorang.

1.2 TUJUAN KARYA

Tujuan dari skripsi berbasis karya ini adalah:

1. Menghasilkan produk jurnalistik yang dapat ditonton secara *online* melalui *platform* Youtube.

2. Program ini dapat menjangkau kalangan remaja serta pendamping (keluarga dan orang dewasa) untuk mengerti kondisi psikologis remaja.
3. Menyajikan beragam perspektif terkait isu psikologi remaja kepada khalayak.

1.3 KEGUNAAN KARYA

Kegunaan dari skripsi berbasis karya ini adalah:

1. Mendorong ilmu jurnalistik untuk berkembang di program dengan pengaplikasian *talkshow*.
2. Menumbuhkan dan meningkatkan kesadaran remaja untuk lebih peduli terhadap kondisi psikologi.
3. Menjadi wadah cerita bagi remaja untuk mengekspresikan dan membagikan permasalahan psikologi yang dihadapi.
4. Menjadi sarana untuk organisasi kesehatan mental dalam penyebaran informasi dan edukasi mengenai permasalahan psikologi yang dialami para remaja.