

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses *self disclosure* harus terjadi dan dilakukan secara tersadar dan menyatakan informasi yang biasanya disembunyikan dari orang lain. Maka dari itu, dibutuhkan lebih dari dua orang dalam proses *self disclosure*. Proses *self disclosure* adalah seseorang mengungkapkan informasi mengenai dirinya yang tidak pernah diketahui oleh individu lain dan cenderung bersifat rahasia. *Self disclosure* berperan penting dalam membangun sebuah hubungan melalui interaksi. Apabila komunikasi terjalin semakin baik, maka proses *self disclosure* pun akan terjalin semakin membaik. Proses *self disclosure* dapat terjadi ketika komunikasi yang dibangun adanya persamaan, *interest*, serta kesepahaman yang sama antar individu. Maka dari itu, tidak semua orang dapat terbuka dan memberikan informasi mengenai dirinya terhadap orang lain secara sukarela (Devina, 2022, p.15).

Dalam hubungan interpersonal, dibutuhkan *self disclosure* yang menjadi faktor dalam keberhasilan menjalankan interaksi sosial. Dengan adanya keterbukaan pengungkapan diri seseorang mengenai pendapat, perasaan, cita-cita dan sebagainya, maka akan muncul hubungan yang terbuka. Terdapatnya timbal balik yang positif dengan adanya hubungan yang terbuka, timbulnya rasa percaya, penerimaan diri, dan akan dengan mudah mampu menyelesaikan berbagai masalah hidup dengan diri sendiri. Menurut Lumsden, dengan adanya *self disclosure* menjadi salah satu kekuatan seseorang dalam berkomunikasi dengan membangun kepercayaan diri seseorang dalam membangun hubungan yang lebih erat dengan orang lain.

Self disclosure juga berperan dalam membebaskan dari perasaan takut dan bersalah, karena tanpa *self disclosure* individu akan cenderung mendapatkan

penerimaan sosial yang kurang baik yang akan mempengaruhi perkembangan kepribadiannya. Berdasarkan penelitian Johnson, terdapat dua jenis individu yaitu individu yang mampu membuka diri dan individu yang kurang mampu membuka diri. Individu yang mampu membuka diri akan cenderung lebih percaya diri, dapat diandalkan, lebih kompeten, mampu bersifat positif, terbuka dan percaya terhadap orang lain. Sedangkan individu yang kurang mampu membuka diri akan kurang percaya diri, timbul perasaan cemas dan takut, merasa rendah diri dan tertutup (Pamuncak, 2011, p.3 - p.6).

Komunikasi yang berjalan tidak semuanya berhasil, terdapat juga adanya faktor penghambat komunikasi salah satunya yaitu faktor psikologis. Ketika lawan bicara kita adalah seorang penderita *mental health*, maka faktor tersebut akan menjadi penghambat komunikasi. Permasalahan kesehatan jiwa yang menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan pada tingkat global maupun nasional menjadi permasalahan yang semakin berat untuk diselesaikan. (Widyawati, 2021). Salah satu jenis *mental health* yaitu gangguan bipolar (Gangguan Manik-Depresif). Menurut Taufik, Oktaviani dan Yamudaha (2015), mengatakan bahwa gangguan bipolar adalah gejala mental seseorang yang ditandai dengan perubahan suasana hati yang sangat ekstrim berupa mania dan depresi. Biasanya penderita sering mengalami suasana hati berganti secara ekstrim yang sangat berlawanan yaitu kebahagiaan (mania) dan kesedihan (depresi) yang berlebihan tanpa pola dan waktu yang pasti (Hekel, 2022, p.3).

Penderita bipolar membutuhkan orang lain yang hadir sebagai pendamping dan merawatnya. Secara umum, pendamping tersebut didefinisikan sebagai *caregiver* yang dimana dilakukan seseorang untuk memberikan perawatan kepada individu yang memiliki keterbatasan fisik, mental, tidak mandiri, atau kesehatannya terganggu karena penyakit dan usia tua. Pada umumnya, *caregiver* yang melakukan perawatan tidak profesional, tidak dibayar dan dilakukan di rumah berasal dari anggota keluarga seperti orang tua, pasangan, teman, keluarga disebut sebagai *caregiver non formal*.

Penderita gangguan bipolar memiliki *mood swings* yang ekstrim. Penderita bisa merasa sangat antusias dan bersemangat (mania), namun ketika suasana hatinya berubah buruk, penderita akan merasa sangat depresi, pesimis, putus asa, bahkan sampai memiliki keinginan untuk bunuh diri. Adapun faktor yang menyebabkan gangguan jiwa pada penderita bipolar yaitu faktor genetika, fisiologis, dan lingkungan.

Gangguan bipolar adalah gangguan jiwa yang ditandai gejala-gejala manik, hipomanik, depresi dan campuran yang bersifat *episodic*. Gejala tersebut biasanya akan terus kambuh dan akan berlangsung seumur hidup. Untuk dapat menjembatani antara penderita gangguan bipolar dengan komunikannya, dibutuhkan pendekatan komunikasi yang baik dan efektif sehingga akan memperoleh suatu pola komunikasi yang akan menjadi jembatan.

Pada umumnya, penderita bipolar menghindari proses komunikasi dengan orang baru. Karena tertanam di benak mereka bahwa dengan berkomunikasi dengan orang lain akan adanya *negative expectations* atau persepsi negatif. Maka dari itu, seorang penderita bipolar cenderung untuk lebih menutup diri terhadap orang lain, maupun orang yang dikenal atau yang sering berada di sekelilingnya.

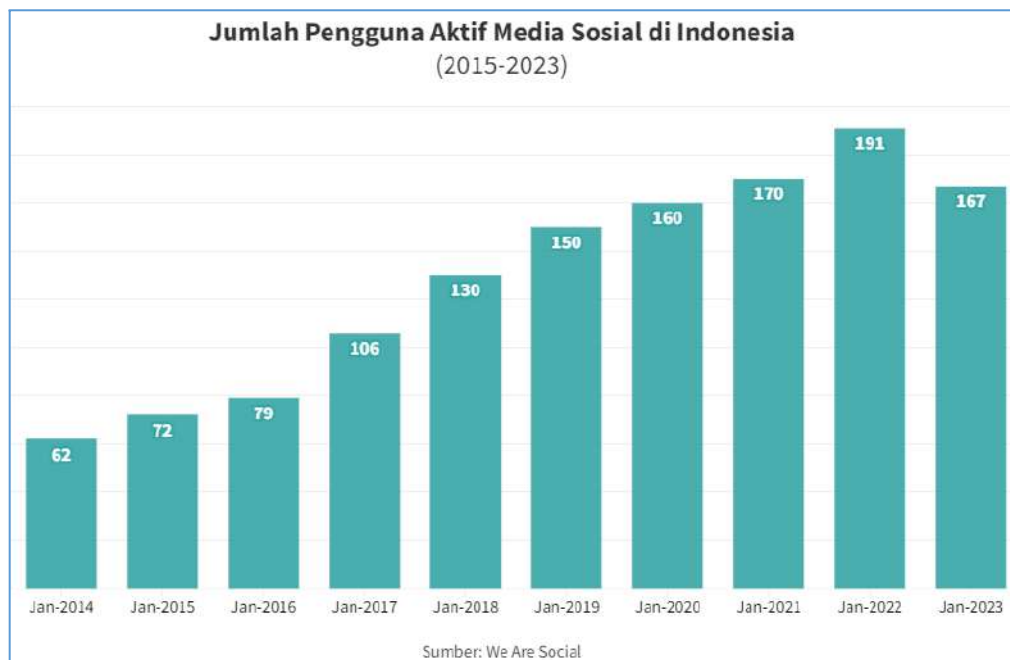
Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang berlangsung secara langsung dengan tatap muka yang dimana kita dapat secara langsung melihat reaksi orang tersebut secara verbal maupun non verbal. Untuk itu, seorang penderita bipolar membutuhkan seorang *caregiver* yang dapat siaga dalam kondisi apapun memahami dan kondisi dirinya agar terjadinya komunikasi yang baik. Sering terjadinya hambatan komunikasi yaitu ketika penderita dalam kondisi yang sedih, bingung, marah, kecewa, dan mengalami perubahan hati yang cukup ekstrim (Hekel, 2022, p.3 - p.6).

Masyarakat Indonesia masih menganggap isu kesehatan mental sebagai hal tabu. Masyarakat Indonesia yang masih tertanam tentang stigma bahwa pengidap gangguan kesehatan mental akan berdampak buruk pada penderita. Misalnya penderita akan mendapatkan diskriminasi dan dikucilkan dari

masyarakat. Menurut Fadilah (2021), maka dari itu jumlah orang yang berani melakukan pengungkapan diri mengenai *mental health* di media sosial masih minim. Peneliti melakukan pencarian pada *hashtag #mentalhealth* pada pencarian populer yang terdapat pada pengguna akun TikTok. Salah satu akun yang terkenal dengan menggunakan *#mentalhealth* yaitu @devvwies memiliki pengikut sebanyak 237,3K dengan *like* yang dimiliki sebanyak 12,7M.

Penelitian ini, akan mengambil studi netnografi pada akun TikTok @devvwies. Nama asli dari pemilik akun ini adalah Devina Otaria dan berumur 20 tahun. Devina Otaria merupakan seorang *digital influencer* dengan konten yang berfokuskan tentang *mental health*. Konten yang dibuat berdasarkan dari pengalaman pribadinya sendiri, Devina mengidap penyakit mental PTSD dan Bipolar. Dengan trauma yang dialami masa kecilnya dan memiliki seorang koko yang mengidap penyakit mental *skizofrenia*, faktor tersebut membuat Devina mengidap penyakit mental. Konten yang dibagikan oleh Devina menarik perhatian bagi penulis, bagaimana dia dapat menunjukkan kedua sisi gejala bipolar yang dialaminya. Mulai dari depresi, dia menunjukkan bagaimana keadaan seorang bipolar yang sedang dalam tahap kesedihannya, kambuhnya dengan berbagai bisikan-bisikan negatif, bahkan hingga dia ingin bunuh diri. Yang membuat menarik karena tidak semua orang berani untuk mengungkapkan dirinya mengidap bipolar bahkan menunjukkan kepada *audience* TikTok yang bukan lingkungan terdekatnya mengenai perasaan, ketakutan, kesedihan, trauma, dan lain-lainnya yang merupakan aib bagi dia dan keluarganya.

Media sosial TikTok yang menjadi media pertama dipilih oleh Devina dikarenakan media tersebut berupa video-video dan pada masa *covid* media sosial TikTok sedang menjadi *trend* dikalangan masyarakat. Tercatat pada laporan We Are Social, pada tahun 2023 pengguna media sosial yang aktif di Indonesia sebanyak 167 juta orang. Dengan catatan setara dengan 60,4% dari populasi masyarakat Indonesia (Widi, 2023).

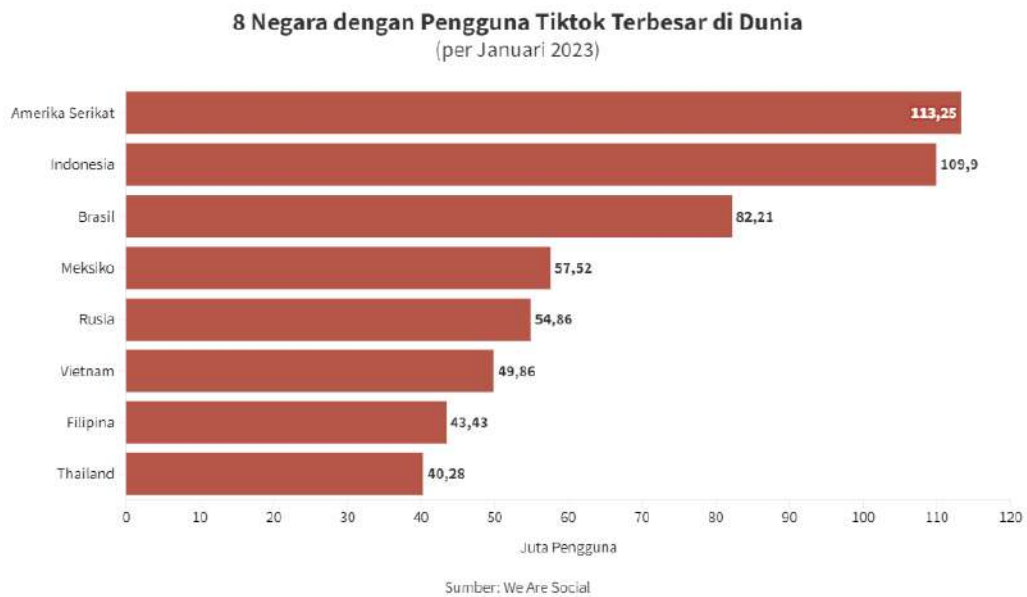


Gambar 1. 1 Jumlah Pengguna Aktif Media Sosial di Indonesia

(Sumber : We Are Social, 2023)

Melihat tren seluruh pengguna media sosial di Indonesia, terdapat beberapa media sosial yang tercatat paling banyak digunakan masyarakat Indonesia. Tercatat tingkat tertinggi penggunaan media sosial masyarakat Indonesia yaitu Whatsapp dengan persentasenya mencapai 88,7%. Selanjutnya terdapat media sosial Instagram dan Facebook dengan persentase masing-masing sebesar 84,8% dan 81,3%. Sementara, pada media sosial pengguna TikTok sebesar 63,1% dan Telegram sebesar 63,1% (Mahdi, 2022).

Sebanyak 78,6% responden sering menggunakan media sosial dengan alasan lainnya sebesar 35,4% untuk mengikuti aktivitas, keadaan, maupun berita dari orang yang dikenalnya, sebesar 19,5% untuk berkenalan dengan orang baru dan membentuk sebuah kelompok, sebesar 20,8% tertarik dengan fitur-fitur yang menarik untuk digunakan, sebesar 17,6% untuk menginformasikan aktivitas dan dirinya. Terkait dengan penggunaan media sosial, TikTok merupakan aplikasi yang cukup banyak digunakan dan populer dikalangan masyarakat (Mutia, 2022).



Gambar 1. 2 8 Negara dengan pengguna TikTok Terbesar di Dunia
(Sumber : We Are Social, 2023)

Pengguna TikTok terus mengalami peningkatan sebesar 18,8% pada tahun 2023 dibandingkan tahun sebelumnya. Tercatat di We Are Social, TikTok telah memiliki sebesar 1,05 miliar yang menggunakan secara aktif bulanan (*monthly active users*). Sebanyak 109,90 juta orang di Indonesia pengguna aktif TikTok yang membuat Indonesia menjadi urutan kedua terbesar di dunia (Bayu, 2023). Popularitas TikTok yang meroket, Lembaga riset Sensor Tower mencatat TikTok berhasil mendapatkan unduhan sebanyak 2 milyar di Google Play Store dan App Store (Pratama, 2022).

Dengan media sosial, siapa pun dapat menyatakan pendapat dan perasaannya dengan bebas dan nyaman dibandingkan saat mereka harus berinteraksi tatap muka secara langsung. Komunikasi yang terjadi secara *online* menciptakan komunitas *online* yang dimana komunikasi terjadi secara sukarela dari pada anggotanya dan meluas. Studi netnografi yang diperkenalkan oleh profesor Robert Kozinets merupakan perluasan dari metode etnografi dengan penelitian yang memfokuskan secara digital untuk memahami perilaku, sikap, budaya, komunikasi dan karakteristik yang berbeda yang dapat dilihat secara verbal maupun non-verbal. Metode ini memfokuskan kepada komunitas *online*

dalam media sosial dengan menelaah *hashtag* untuk memahami perilaku dan sikap *netizen* dengan data yang lengkap dan digital sehingga dapat langsung ditangani. Dengan salah satu keunggulan metode ini yaitu *warganet* (*netizen*) merasa lebih nyaman ketika mengutarakan pendapat maupun perasaannya pada saat mereka tidak berinteraksi tatap muka secara langsung (Sulianta, 2022, p.8). Hal menarik inilah peneliti tertarik untuk melakukan “Studi Netnografi *self disclosure* Penderita Gangguan Bipolar Pada Media Sosial TikTok Sebagai Ruang *Public Space*”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagi penderita bipolar dibutuhkan seorang *caregiver* untuk menjembatani penderita dengan lawan bicaranya. Dalam penelitian ini terdapat pertanyaan peneliti terhadap fenomena pada media sosial TikTok, bagaimana seorang penderita bipolar dapat melakukan *self disclosure* melalui media sosial TikTok dan kolom komentar menjadi ruang *public space* bagi orang-orang yang melakukan keterbukaan dalam mengutarakan perasaan, masalah, penyakit, bahkan penderitaan yang dialaminya?

1.3 Pertanyaan Penelitian

Penelitian ini memfokuskan pertanyaan penelitian mengenai bagaimana media sosial TikTok sebagai ruang *public space* dalam *self disclosure* Devina sebagai penderita gangguan bipolar?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari pertanyaan penelitian yang ada, maka penelitian ini ingin menggambarkan *self disclosure* yang dilakukan Devina sebagai penderita gangguan bipolar dan peran media sosial TikTok sebagai ruang *public space*.

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Hasil penelitian ini secara akademis berharap dapat menjadi kajian komunikasi dan membantu mengembangkan bidang Ilmu Komunikasi yang berkaitan dengan *self disclosure* secara khusus pada seseorang yang mempunyai *mental health* dalam pembangunan sosial media TikTok. Diharapkan juga penelitian ini dapat menyumbangkan pemikiran yang berguna sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang dengan pembahasan konteks yang berkaitan.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Peneliti berharap dengan dilakukan penelitian ini dapat menjadi kontribusi bagi para praktisi terutama bidang sosial yang tentunya dapat memberikan pandangan baru mengenai para penderita *mental health* terutama pada penderita bipolar yang menjadi fokus penelitian ini.

1.5.3 Kegunaan Sosial

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru dan menyadarkan kepada masyarakat bahwa *mental health* bukanlah penyakit aib, sehingga adanya penerimaan dan dukungan kepada penderita yang melakukan keterbukaan dalam keluarga hingga lingkungan terdekatnya.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, sedikitnya data yang mencangkup penderita Depresif Bipolar di Indonesia selain itu ruang lingkup penelitian ini hanya melalui sosial media TikTok dalam membahas *self disclosure* pada pengguna akun TikTok.