

## BAB II

### KERANGKA TEORI/KERANGKA KONSEP

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian yang penulis buat, terdapat beberapa daftar penelitian terdahulu yang dapat membantu penulis sebagai suatu acuan atau panduan terhadap penelitian ini dan juga membantu untuk menyelesaikan penelitian ini. Selain itu, adanya penelitian terdahulu juga dapat menambah teori, konsep, serta hasil dari penelitian terdahulu bisa menghasilkan perkembangan ke depannya. Selama pencarian jurnal terdahulu penulis harus mengambil jurnal dengan minimal Sinta 3 dan juga *Scopus*.

Penelitian terdahulu yang berjudul “*Network Society and Social Movement: Message Reception among Instagram Users*”. Penelitian tersebut dibuat oleh beberapa mahasiswa dari Universitas Sebelas Maret yakni Yuliarti Sri Yuliarti, Muhnizar Siagian, dan Andri Kusuma Wardaningtyas. Lalu, penelitian tersebut dilakukan pada tahun 2020. Penelitian ini didasari dengan adanya perubahan di pergerakan sosial. Semakin berkembangnya teknologi pergeseran era tersebut melibatkan teknologi komunikasi dan model pergerakan Menurut penelitian ini menjelaskan jika saat ini pergerakan sosial sudah menggunakan media sosial, salah satunya adalah *Instagram*. Maka, tujuan penelitian ini ialah mengeksplorasi mengenai pergerakan sosial dalam era masyarakat digital melalui akun *Instagram* @ketimbang.ngemis.yogyakarta. Selain itu, artikel ini menganalisis mengenai penerimaan pesan di kalangan pengguna *Instagram*.

Metode yang digunakan adalah analisis konten kualitatif dan analisis interaktif. Penelitian tersebut melakukan dua tahap, tahap pertama hal yang dilakukan adalah mengumpulkan data melalui unggahan di akun *Instagram* @ketimbang.ngemis.yogyakarta yang menjadi objek penelitian dan data tersebut akan dianalisis secara manual oleh para peneliti penelitian ini. Hasil analisis data dari unggahan akun *Instagram* terdapat 263 unggahan dan 40 foto

diantaranya adalah foto yang menampilkan tokoh-tokoh lanjut usia yang sedang bekerja. Lalu, peneliti di penelitian ini mengambil lima foto dari 40 foto tersebut dan dipilih berdasarkan jumlah *likes* yang paling banyak.

Lalu, tahap kedua dalam penelitian tersebut adalah mengumpulkan data melalui wawancara terhadap sejumlah informan menggunakan teknik *snowball sampling*. Lalu, dalam penelitian ini digunakan beberapa konsep yaitu konsep pergerakan sosial dan konsep media sosial. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah teori perubahan sosial, teori masyarakat jaringan, teori penerimaan pesan, teori hegemoni, dan teori interaksi simbolik.

Hasil penelitian dari tersebut menunjukkan jika akun *Instagram* @ketimbang.ngemis.yogyakarta berhasil menarik perhatian pengguna *Instagram* dengan membangkitkan simpati dan empati pada kelompok-kelompok terpinggirkan yang ditampilkan dari foto-foto yang diunggah di *Instagram* tersebut. Selain itu, penelitian tersebut menemukan jika pengguna media sosial menjadi tipe kode yang dinegosiasikan dalam penerimaan pesan pergerakan sosial. Jadi, pengguna *Instagram* memiliki peran aktif dalam memaknai mendekode pesan pergerakan sosial yang disampaikan melalui foto dan juga *caption* di akun *Instagram* @ketimbang.ngemis.yogyakarta. Lalu, untuk penerimaan pesan pergerakan sosial dalam penelitian ini dipengaruhi dari konteks sosial, nilai-nilai personal, dan pengalaman individu.

Maka kesimpulan dari penelitian ini adalah media sosial dapat menjadi alat yang efektif dalam membangkitkan kesadaran dan partisipasi dalam pergerakan sosial serta dapat mempengaruhi perubahan sosial dalam masyarakat. Dalam penelitian terdahulu pertama ini, penulis bisa melihat jika teori penerimaan pesan digunakan untuk menganalisis bagaimana pengguna *Instagram* menerima dan mendekode pesan pergerakan sosial. Selain itu, teori penerimaan pesan dalam penelitian terdahulu pertama mendapatkan dua tipe penerimaan pesan, yakni pesan dominan atau hegemonik di mana pengguna *Instagram* secara langsung menyetujui apa yang disampaikan oleh media dan

menerima ideologi tersebut tanpa adanya penolakan. Lalu, tipe kedua adalah pengguna *Instagram* yang mencampurkan interpretasi mereka dengan pengalaman sosial mereka sendiri. Selain itu, dalam tipe ini tidak langsung mempercayai informasi yang diunggah namun dapat mengubah sikap mereka menjadi percaya setelah mencari informasi yang lebih dalam melalui pengalaman langsung atau melalui pengamatan secara langsung ke tempat kakek dan nenek yang sedang bekerja tersebut.

Penelitian terdahulu yang berjudul “*Mental health and the media: From illness to Wellbeing*”. Lalu, penelitian tersebut dibuat oleh beberapa orang yaitu Diminitrinka Atanasova, Nelya Koteyko, Brian Brown, dan Paul Crawford. Penelitian terdahulu kedua ini dilakukan dan dibuat pada tahun 2019. Penelitian ini mempunyai latar belakang jika penelitian terbaru mengenai kesehatan mental serta media masih fokus kedalam analisis konten media saja. Penelitian cenderung lebih mempelajari bagaimana gangguan mental dan suatu kondisi yang melibatkan individu dengan diagnosis tertentu yang direpresentasikan melalui media. Maka, dalam penelitian ini menemukan jika adanya kekurangan penelitian kritis terhadap konten media yang mengadopsikan pandangan reflektif pada label diagnostik. Selain itu, dalam penelitian ini ingin menganalisis bagaimana media melaporkan masalah diagnosis psikiatri, pemaksaan, penyalahgunaan, dan pengabaian terhadap obat.

Tujuan penelitian dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan di antara mental dengan media yang berfokus pada produksi konten serta penerimaan pesan media mengenai kesehatan mental. Selain itu, ingin mengidentifikasi terhadap tema dominan dalam representasi gangguan mental di media. Tujuan penelitian lainnya adalah merekomendasikan penelitian lebih lanjut untuk menginvestigasi paparan pesan media yang lebih positif mengenai kesehatan mental dan melakukan penerapan baru untuk menganalisis ekspresi opini mengenai kesehatan mental di media sosial. Metode penelitian yang

digunakan dalam penelitian terdahulu kedua ini adalah dengan melakukan tinjauan literatur.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan survei terhadap artikel jurnal yang sudah dipublikasikan dari tahun 2007 hingga 2017 dengan menggunakan *keyword* tentang “kesehatan mental” dan “media”. Lalu, artikel jurnal yang pilih akan dianalisis pada fokus tematik pada kesehatan mental, konten media, proses produksi konten, dan penerimaan audiens terhadap konten media. Selain itu, artikel jurnal yang dipilih berfokus pada sifat empiris dan telah melalui proses *peer-review*.

Hasil penelitian dan kesimpulan dari penelitian terdahulu kedua ini adalah penggambaran gangguan mental yang menstigmatisasi dapat menyebabkan sikap yang lebih negatif dan tema pemulihan dapat menghasilkan sikap yang tidak terlalu menstigmatisasi. Selain itu, dalam segi produksi konten terdapat meningkatnya dukungan terhadap pendekatan konstruktif jurnalisme yang berarti dapat mengurangi penggambaran yang menstigmatisasi kesehatan mental. Selanjutnya, studi tentang konten media menunjukkan bahwa media mendekati stigma sebagai masalah yang harus diatasi, tidak hanya memproduksi representasi yang menstigmatisasi. Selanjutnya, dalam penelitian ini menjelaskan jika penerimaan menunjukkan adanya hubungan antara paparan pesan tentang pemulihan dan penurunan sikap yang menstigma.

Penelitian terdahulu yang berjudul “*Social Media and Mental Health*”. Penelitian tersebut disusun oleh Luca Braghieri, Ro’ee Levy, dan Alexey Makarin. Latar belakang penelitian ini adalah Adopsi media sosial secara luas telah menjadi salah satu perkembangan teknologi paling transformatif dalam sejarah baru-baru ini. Pada tahun 2021, lebih dari setengah populasi dunia, sekitar 4,3 miliar orang, memiliki akun media sosial, dengan rata-rata pengguna menghabiskan sekitar dua setengah jam setiap hari di platform tersebut. Tingkat keterlibatan ini menandai perubahan signifikan dalam cara orang menghabiskan waktu dan berinteraksi dengan orang lain, sebanding

dengan dampak televisi pada masa awalnya. Seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial pada pertengahan 2000-an, terdapat penurunan signifikan dalam kesehatan mental remaja dan dewasa muda di Amerika Serikat. Misalnya, jumlah individu berusia 18-23 tahun yang melaporkan mengalami episode depresi mayor dalam setahun terakhir meningkat sebesar 83% antara tahun 2008 dan 2018 (NSDUH 2019). Selain itu, angka bunuh diri juga meningkat selama periode ini, menjadikannya penyebab kematian kedua terbesar bagi individu berusia 15-24 tahun. Meskipun penyebab pasti dari tren yang mengkhawatirkan ini masih belum sepenuhnya diketahui, beberapa ahli menduga bahwa penyebaran media sosial bisa menjadi faktor penyumbang yang signifikan. Hipotesis ini cukup mendapat perhatian hingga memicu Senat AS mengadakan sidang komite tentang potensi dampak negatif media sosial terhadap kesehatan mental pada akhir 2021. Meskipun kekhawatiran dan diskusi semakin meningkat, masih terdapat kekurangan bukti kausal yang teridentifikasi dengan baik untuk menghubungkan secara definitif penggunaan media sosial dengan penurunan kesehatan mental di kalangan anak muda.

Tujuan penelitian dari penelitian ini adalah menganalisis dampak pengenalan Facebook pada kesehatan mental mahasiswa di perguruan tinggi, khususnya dalam hal peningkatan laporan gangguan terhadap kinerja akademis akibat kesehatan mental yang buruk. Penelitian juga bertujuan untuk memberikan kontribusi pada literatur tentang penentu dan konsekuensi penyakit mental, serta efek media sosial pada berbagai hasil.

Lalu, untuk metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuasi-eksperimental yang memanfaatkan pengenalan Facebook yang mengejutkan di berbagai perguruan tinggi di Amerika Serikat dari tahun 2004 hingga 2006 untuk memperkirakan dampak kausal media sosial terhadap kesehatan mental dengan menggunakan strategi perbedaan-perbedaan yang digeneralisasi. Hasil penelitian dari penelitian ini adalah menemukan bahwa pengenalan Facebook di perguruan tinggi memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mental mahasiswa, yang mengarah pada peningkatan laporan penurunan kinerja

akademik karena kesehatan mental yang buruk. Efeknya konsisten di seluruh spesifikasi yang berbeda dan signifikan pada tingkat 5 persen. Sebagian besar dimensi kesehatan mental terpengaruh secara negatif oleh pengenalan Facebook, dengan depresi dan gangguan yang berhubungan dengan kecemasan menjadi yang paling terpengaruh. Selain itu, terdapat bukti sugestif bahwa pengenalan Facebook meningkatkan penggunaan layanan terkait depresi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dampak Facebook terhadap kesehatan mental semakin memburuk dari waktu ke waktu, dengan efek yang lebih kuat pada individu yang diprediksi lebih rentan terhadap penyakit mental. Perempuan dan orang kulit putih non-Hispanik lebih terpengaruh, sementara siswa internasional dan siswa yang lebih muda tidak terlalu terpengaruh. Semakin lama siswa terpapar Facebook, semakin negatif efeknya terhadap kesehatan mental. Penelitian ini menyoroti bahwa perbandingan sosial yang tidak menguntungkan di platform media sosial seperti Facebook dapat menjadi mekanisme utama yang mendorong efek negatif pada kesehatan mental.

Maka, penelitian ini menyimpulkan bahwa pengenalan Facebook di perguruan tinggi memiliki dampak negatif pada kesehatan mental mahasiswa, terutama dalam meningkatkan laporan gangguan terhadap kinerja akademik akibat kesehatan mental yang buruk. Efek negatif ini diyakini disebabkan oleh Facebook memfasilitasi perbandingan sosial yang tidak menguntungkan. Studi ini memberikan kontribusi pada literatur tentang efek media sosial terhadap kesehatan mental dan menyoroti perlunya penelitian lebih lanjut tentang efek kesejahteraan yang lebih luas dari media sosial.

Penelitian terdahulu yang berjudul “*You Can't Possibly Have ADHD*”: *Exploring Validation and Tensions around Diagnosis within Unbounded ADHD Social Media Communities*”. Penelitian tersebut disusun oleh Tessa Eagle dan Kathryn E. Ringland. Penelitian ini melihat Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), yang sering didiagnosis pada masa kanak-kanak, semakin banyak dibahas di media sosial, sehingga beberapa orang

dewasa baru menyadari atau mendapatkan diagnosis ADHD di kemudian hari. ADHD lebih sering dikenali pada anak laki-laki karena kecenderungan menunjukkan hiperaktivitas, sementara pada anak perempuan, ADHD sering tidak terdiagnosis karena cenderung menunjukkan tipe ADHD yang kurang terlihat yaitu tipe inatensi. Kurangnya diagnosis pada anak perempuan dapat menyebabkan masalah di masa dewasa, seperti harga diri rendah dan penolakan sensitivitas disforia.

Di Amerika Serikat, Undang-Undang Pendidikan Individu dengan Disabilitas (IDEA) dan Undang-Undang Penyandang Disabilitas Amerika (ADA) memastikan perlindungan bagi penyandang disabilitas dengan melarang diskriminasi dan memberlakukan undang-undang yang mengharuskan aksesibilitas pada bangunan, acara, dan transportasi. Mendapatkan diagnosis formal membuka pintu untuk menerima akomodasi, perawatan, dan dukungan, yang merupakan alasan tambahan untuk mencari diagnosis selain untuk ketenangan pikiran dan pemahaman diri. Namun, diagnosis ADHD memerlukan waktu yang intensif, mahal, dan secara historis sulit diakses oleh wanita dan orang-orang kulit berwarna, yang dapat menyebabkan pengalaman medis negatif. Banyak orang terpaksa mencari solusi manajemen mandiri seperti aplikasi kesehatan mental, kelompok dukungan daring, atau pengobatan sendiri. Teknologi dapat membantu individu mengungkapkan atau menerima disabilitas psikososial mereka, memungkinkan mereka mendapatkan dukungan dari orang-orang dalam situasi serupa. Komunitas ADHD daring mengakui kesulitan ini dan memberikan dukungan baik seseorang ingin mengejar diagnosis klinis atau tidak. Meskipun banyak orang menjalankan manajemen mandiri karena kebutuhan, komunitas kesehatan mental digital dan teknologi merupakan alternatif yang layak untuk perawatan kesehatan mental tradisional

Maka, tujuan dari penelitian ini untuk menjelaskan bagaimana platform media sosial menyediakan tempat bagi komunitas yang mendukung bagi orang-orang dalam berbagai tahap diagnosis ADHD dan menguraikan

bagaimana platform media sosial telah menjadi sumber informasi baru tentang dampak pada individu yang kesulitan mendapatkan diagnosis dan hasil negatif dari tantangan ini, termasuk menyoroti pervasifnya hambatan untuk diagnosis. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui etnografi digital yang sedang berlangsung terhadap konten terkait ADHD di TikTok, Twitter, dan Instagram.

Maka kesimpulan dari penelitian ini adalah kondisi yang beragam dan kompleks seperti ADHD, penting untuk mempertimbangkan pengetahuan kolektif yang dimiliki individu dan komunitas yang lebih besar dengan pengetahuan pengalaman hidup. Komunitas daring memberikan layanan penting yang tidak terikat dan tampaknya tidak dipagari oleh status diagnosis. Melalui pengalaman bersama, akses terhadap informasi dan saran, serta percakapan dengan individu-individu serupa, anggota komunitas yang mungkin secara historis merasa tidak didukung atau dihadapkan pada kritik menemukan kekerabatan dan keterkaitan. Diskusi tentang evaluasi dan diagnosis ADHD mengungkapkan ketegangan berkelanjutan dan kewaspadaan terhadap komunitas medis. Penelitian masa depan akan meneliti lebih dalam konten dan keanggotaan komunitas, berinteraksi langsung dengan para pemangku kepentingan untuk mengidentifikasi persepsi tentang keanggotaan dan rasa memiliki kelompok serta pengalaman diagnosis di kemudian hari..

Penelitian yang berjudul *“Normalizing Anxiety on Social Media Increases Self-Diagnosis of Anxiety: The Mediating Effects of Identification (But Not Stigma)”*. Penelitian ini disusun oleh Farah Hasan, Melissa M. Foster, dan Hyunyi Cho. Penelitian ini didasari adanya stigma mengenai gangguan kecemasan yang dapat menjadi hambatan terhadap suatu individu untuk mencari pengobatan yang tepat dan bantuan yang tepat. Stigma tersebut dapat memberikan suatu individu merasa malu, takut, atau merasa dijauhi oleh orang lain dikarenakan memiliki gangguan kecemasan. Maka, dampaknya individu tersebut akan menyembunyikan gejala serta tidak mencari bantuan yang seharusnya mereka butuhkan dan dapatkan. Lalu, penelitian ini juga melihat



norma sosial dapat mempengaruhi perilaku individu. Dalam penelitian ini, ingin melihat mengenai norma sosial terkait dengan pandangan dan sikap terhadap gangguan kecemasan. Selain itu, media sosial dapat menjadi tempat di mana individu bisa membandingkan diri mereka dengan orang lain serta merasa tertekan untuk memenuhi standar yang bisa dibilang tidak realistis. Namun, juga penggunaan media sosial bisa menjadi sebuah alat untuk menyebarkan informasi serta mengubah norma sosial.

Tujuan penelitiannya adalah ingin menguji apakah postingan media sosial yang mengnormalisasi kecemasan dapat mengurangi sebuah stigma serta dapat meningkatkan individu untuk melakukan diagnosis diri terhadap gangguan kecemasan. Selain itu, ingin meneliti apakah adanya penyebaran informasi yang menjelaskan jika kecemasan merupakan hal yang umum dan dapat diterima memberikan suatu individu tersebut menjadi lebih nyaman untuk membicarakannya serta mencari bantuan yang mereka butuhkan. Maka, pada intinya penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai bagaimana penggunaan media sosial serta pengaruh norma sosial terhadap persepsi dan juga perilaku individu dengan gangguan kecemasan.

Metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode eksperimen. Penggunaan metode desain eksperimen ini peneliti melakukan pembagian secara acak kedalam dua kelompok, yakni kelompok yang menerima informasi dari postingan media sosial yang menormalisasikan gangguan kecemasan serta kelompok yang tidak menerima postingan media sosial yang mengnormalisasikan gangguan kecemasan. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori *Intergrative Model of Behavioral Prediction*.

Dalam teori ini menjelaskan jika sikap, norma, serta efikasi suatu individu disebabkan karena adanya interaksi dengan faktor lingkungan dan individu lainnya untuk mempengaruhi perilaku. Lalu, pada penelitian ini memiliki fokus utama pada norma sosial yang dipengaruhi oleh keyakinan serta

persetujuan sosial pada suatu perilaku. Selain itu, teori ini ingin menekankan mengenai pentingnya melakukan identifikasi terhadap norma sosial. Maka, teori *Integrative Model of Behavioral Prediction* dapat memberikan dasar konseptual yang relevan terhadap bagaimana sebuah norma sosial serta faktor individu yang bisa mempengaruhi persepsi dan juga perilaku individu dengan gangguan kecemasan.

Konsep-konsep yang digunakan dalam penelitian ini adalah konsep stigma, normalisasi, identifikasi, dan *self-diagnosis*. Pada konsep stigma digunakan untuk mengukur mengenai persepsi suatu individu terhadap stigma dengan gangguan kecemasan dan stigma diukur dengan menggunakan skala stigma kecemasan skidmore. Konsep normalisasi digunakan untuk mengukur efek yang diberikan pada postingan media sosial yang menormalisasikan mengenai kecemasan terhadap persepsi individu tentang gangguan kecemasan, lalu normalisasi tersebut diukur dengan menggunakan pertanyaan mengenai postingan media sosial yang melakukan normalisasi terhadap gangguan kecemasan. Lalu, konsep identifikasi digunakan untuk mengukur sejauh mana suatu individu merasa relevan terhadap postingan media sosial yang menormalisasikan gangguan kecemasan. Pengukuran yang dilakukan pada konsep identifikasi ini adalah dengan memberikan pertanyaan mengenai tingkat identifikasi individu terhadap postingan media sosial yang menormalisasikan gangguan kecemasan. Sedangkan untuk konsep *self-diagnosis* digunakan untuk mengukur kemungkinan suatu individu bisa melakukan diagnosis diri terhadap gangguan kecemasan, *self-diagnosis* ini diukur dengan memberikan pertanyaan mengenai tingkat kemungkinan suatu individu dapat mendiagnosis diri dengan gangguan kecemasan.

Hasil penelitian serta kesimpulannya adalah adanya pengaruh positif dari postingan media sosial yang menormalisasikan gangguan kecemasan terhadap suatu individu untuk melakukan mendiagnosis diri dengan gangguan kecemasan tersebut. Dikarenakan akan membuat individu tersebut berinisiatif untuk meminta bantuan terhadap gangguan kecemasannya. Namun, hal

tersebut bisa menjadi “*boomerang*” kepada suatu individu yang sering melihat postingan media sosial yang menormalisasikan mengenai gangguan kecemasan, karena dari penelitian ini menunjukkan jika orang yang melihat informasi mengenai normalisasi gangguan kecemasan mereka akan cenderung mengklasifikasikan atau mendiagnosis dirinya memiliki gangguan kecemasan. Maka, dari penelitian ini memberikan peringatan untuk tidak berasumsi jika peningkatan normalisasi juga akan memberikan pengurangan terhadap perawatan kesehatan mental. Adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi mengenai pesan media massa yang dapat meningkatkan normalisasi dan mengurangi stigma yang menimbulkan efek negatif dari orang-orang yang mendiagnosa dirinya memiliki gangguan kecemasan.

Penelitian terdahulu keenam yang penulis pilih adalah penelitian yang berjudul “*The Phenomenon of Self-Diagnosis Behavior on Self-Healing Style in Young People*”. Penelitian ini disusun oleh Eraskaita Ginting dan Putri Citra Hati. Latar belakang dari penelitian adalah Masalah kesehatan mental menjadi perhatian serius bagi generasi muda. Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik dalam kehidupan manusia. Sayangnya, kesadaran individu akan kesehatan mental di Indonesia masih kurang. Kasus kesehatan mental di Indonesia meningkat pesat selama pandemi Covid-19. Pandemi ini membawa perubahan signifikan dalam kehidupan manusia, termasuk dalam aspek kesehatan mental. Proses adaptasi yang terus-menerus dapat mengguncang mentalitas individu, terutama generasi muda. Kesenjangan dalam perawatan psikologis membuat masalah kesehatan mental semakin luas dan harus segera ditangani. *Self-diagnosis* terjadi karena anak-anak takut pergi ke psikolog; selain karena biaya, penyebab lainnya adalah kurangnya kesadaran akan kesehatan mental di Indonesia. *Self-diagnosis* adalah proses di mana individu mendiagnosis sendiri atau mengidentifikasi gangguan mereka. Banyak orang mencari gejala mereka secara daring untuk melihat apakah gejala tersebut sesuai. Oleh karena itu, membangun kesadaran akan pentingnya kesehatan mental harus diterapkan di era pasca-pandemi

melalui berbagai cara. Kebutuhan akan layanan kesehatan mental bagi generasi muda akan terus meningkat. Banyak generasi muda melakukan *self-diagnosis* dan *self-healing* tanpa bantuan profesional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perilaku *self-diagnosis* mempengaruhi gaya *self-healing* pada anak muda dan apakah konsep *self-healing* yang populer di kalangan generasi muda merupakan *self-healing* yang sebenarnya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan studi literatur dan pengumpulan data melalui data sekunder yang diperoleh melalui studi kepustakaan seperti buku-buku referensi, jurnal, artikel, dan sumber-sumber lain yang berkaitan dengan penelitian.

Hasil penelitiannya adalah menunjukkan bahwa stigma dan diskriminasi masih menjadi kendala bagi penderita kesehatan jiwa dalam mendapatkan penanganan yang tepat dan memadai. Hal ini memicu generasi muda untuk melakukan penyembuhan secara mandiri dengan gaya mereka sendiri, sehingga berdampak pada konsep penyembuhan yang sebenarnya. Beberapa cara yang dapat dijadikan referensi bagi generasi muda untuk melakukan penyembuhan diri, antara lain *mindfulness*, *guided imagery*, *self talk*, dan *expressive writing*.

Maka dapat disimpulkan jika penelitian ini generasi muda masih sering salah memahami arti dari penyembuhan diri. Generasi muda saat ini tampaknya menghindari masalah atas nama penyembuhan. Selama penyembuhan, mereka benar-benar merasa nyaman dalam kondisi bebas stres dan tidak segera kembali ke kehidupan nyata. Situasi seperti ini tidak menyelesaikan masalah. Mereka justru menambah banyak masalah karena meninggalkan pekerjaan yang harus diselesaikan. Penyembuhan bukan hanya sekedar liburan. *Healing* adalah proses menemukan jati diri, memproses diri dari trauma masa lalu, memiliki konsep diri, memiliki regulasi diri, menerima diri apa adanya, dan menentukan tujuan hidup.

Tabel 2.1 Penelitian terdahulu

<b>Judul</b>	<i>Network Society and Social Movement: Message Reception among Instagram Users</i>	<i>Mental health and the media: From illness to Wellbeing</i>	<i>Social Media and Mental Health</i>	<i>““You Can't Possibly Have ADHD”: Exploring Validation and Tensions around Diagnosis within Unbounded ADHD Social Media Communities</i>	<i>Normalizing Anxiety on Social Media Increases Self-Diagnosis of Anxiety: The Mediating Effects of Identification (But Not Stigma)</i>	<i>The Phenomenon of Self-Diagnosis Behavior on Self-Healing Style in Young People</i>
<b>Teori &amp; Konsep</b>	<i>Reception Theory</i>	<i>Circuit of Mass Communication Model</i>	<i>Social Media &amp; Mental Health</i>	<i>ADHD dan Online Health Communities and Social Media</i>	Teori <i>Intergrative Model of Behavioral Prediction</i>  Konsep: stigma, normalisasi, identifikasi, dan <i>self-diagnosis</i>	<i>Self-diagnosis, Self-healing, dan Generasi Z</i>
<b>Metode Penelitian</b>	Analisis konten kualitatif dan analisis interaktif	Menganalisis penelitian yang sudah ada mengenai kesehatan mental dan media, khususnya berfokus pada bagaimana kesehatan	Pendekatan kuasi-eksperimental	Etnografi	Desain eksperimen	Pendekatan deskriptif kualitatif

		mental digambarkan dan dibahas di media berita dan media sosial.					
<b>Hasil Penelitian</b>	<p>Akun <i>Instagram</i> @ketimbang.ngemis.yogyakarta berhasil menarik perhatian pengguna <i>Instagram</i> dengan membangkitkan simpati dan empati pada kelompok-kelompok terpinggirkan yang ditampilkan dari foto-foto yang diunggah di <i>Instagram</i> tersebut. Selain itu, pengguna <i>Instagram</i> memiliki peran aktif dalam memaknai mendekode pesan pergerakan sosial yang disampaikan melalui foto dan juga <i>caption</i> di akun <i>Instagram</i> @ketimbang.ngemis.yogyakarta. Lalu, untuk penerimaan pesan pergerakan sosial dalam penelitian ini dipengaruhi dari</p>	<p>Penggambaran gangguan mental yang menstigmatisasi dapat menyebabkan sikap yang lebih negatif dan tema pemulihan dapat menghasilkan sikap yang tidak terlalu menstigmatisasi. Selain itu, penelitian ini menjelaskan jika penerimaan menunjukkan adanya</p>	<p>Menemukan bahwa pengenalan Facebook di perguruan tinggi memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mental mahasiswa, yang mengarah pada peningkatan laporan penurunan kinerja</p>	<p>Kondisi yang beragam dan kompleks seperti ADHD, penting untuk mempertimbangkan pengetahuan kolektif yang dimiliki individu dan komunitas yang lebih besar dengan tahun-tahun pengalaman hidup. Komunitas daring memberikan layanan penting yang tidak terikat dan tampaknya</p>	<p>Adanya pengaruh positif dari postingan media sosial yang mengnormalisasikan gangguan kecemasan terhadap suatu individu untuk melakukan mendiagnosis diri dengan gangguan kecemasan tersebut&gt; Dikarenakan akan membuat individu tersebut berinisiatif untuk meminta bantuan terhadap gangguan</p>	<p>menunjukkan bahwa stigma dan diskriminasi masih menjadi kendala bagi penderita kesehatan jiwa dalam mendapatkan penanganan yang tepat dan memadai. Hal ini memicu generasi muda untuk melakukan penyembuhan secara mandiri dengan gaya mereka sendiri,</p>	

	konteks sosial, nilai-nilai personal, dan pengalaman individu.	hubungan antara paparan pesan tentang pemulihan dan penurunan sikap yang menstigma.	akademik karena kesehatan mental yang buruk.	tidak dipagari oleh status diagnosis.	kecemasannya. Namun, hal tersebut bisa menjadi “boomerang” kepada suatu individu yang sering melihat postingan media sosial yang menormalisasikan mengenai gangguan kecemasan, karena dari penelitian ini menunjukkan jika orang yang melihat informasi mengenai normalisasi gangguan kecemasan mereka akan cenderung mengklasifikasikan atau mendiagnosis dirinya memiliki	sehingga berdampak pada konsep penyembuhan yang sebenarnya. Beberapa cara yang dapat dijadikan referensi bagi generasi muda untuk melakukan penyembuhan diri, antara lain <i>mindfulness</i> , <i>guided imagery</i> , <i>self talk</i> , dan <i>expressive writing</i> .
--	--	---	--	---------------------------------------	---	---

					gangguan kecemasan.	
--	--	--	--	--	------------------------	--

Sumber: Data Olahan Penulis (2023)

UMMN

UNIVERSITAS

MULTIMEDIA

NUSANTARA



## 2.2 Teori dan Konsep yang digunakan

### 2.2.1 *Trend*

Menurut Blechschmidt (2022), *trend* dilihat sebagai perkembangan nyata yang pertama kali ditemukan, kemudian dideskripsikan, dan dianalisis. Namun, terlihat jelas bahwa lembaga *trend* yang berbeda menggambarkan perubahan melalui *trend* yang berbeda, mengelompokkannya secara berbeda, dan sering kali sampai pada temuan yang berbeda. (Blechschmidt, 2022)

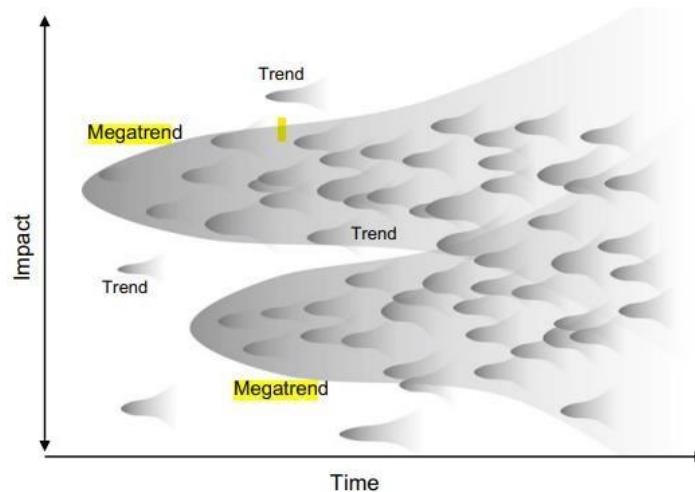
Maka dari itu, *trend* adalah alat metodis untuk membuat perubahan yang kompleks menjadi mudah dikelola. Tujuan alat ini adalah menggabungkan banyak pengamatan individu ke dalam suatu perkembangan yang menyeluruh. Setiap pengamatan individu secara sendiri-sendiri tidak memiliki arti penting dan mungkin merupakan peristiwa acak. Jumlah dari banyak pengamatan yang serupa memberikan makna yang lebih mendasar pada sebuah perubahan. Jadi, pada intinya *trend* adalah deskripsi yang disederhanakan dari perkembangan menyeluruh yang hasil dari interaksi inti konten dengan lingkungannya dan bertahan selama periode waktu yang relevan dalam konteks masing-masing. (Blechschmidt, 2022)

*Trend* dapat menggambarkan perubahan menyeluruh yang bertahan selama periode tertentu periode waktu tertentu. Terdapat klasifikasi berbagai *trend* ke dalam struktur yang logis. Dalam buku menjelaskan jika *trend* mempunyai istilah lain yaitu *megatrend*. *Megatrends* ini adalah perubahan sosial, politik, atau teknologi besar yang berlangsung selama bertahun-tahun, seperti globalisasi dan digitalisasi. Maka *megatrends* ini didefinisikan berdasarkan cakupannya dalam hal waktu dan konten. Kriteria untuk sebuah *megatrend* adalah durasi beberapa dekade, pengaruh pada semua bidang masyarakat, globalitas, dan kompleksitas. Lalu, pada

*megatrends* terdapat beberapa jenis *trend* yang dibuat diantara lainnya adalah: (Blechsmidt, 2022)

1. *Trend* sosial-budaya yang memiliki durasi sekitar 10 tahun dan menggambarkan perubahan sosial dan teknis
2. *Consumer* dan *zeitgeist trends* yang berlangsung hingga 8 tahun.
3. *Product* dan *fashion trends*, beberapa di antaranya hanya berlangsung selama beberapa bulan dan merupakan *trend* terpendek.

Berikut merupakan gambar mengenai perbedaan dai *trends* dan *megatrends*:



**Gambar 2.1** Perbedaan *Megatrends* dan *Trends*

Sumber: Jörg (2022)

Jadi, pada intinya pada gambar 2.1 menjelaskan jika *megatrends* selain berlangsung pada jangka waktu yang cukup panjang ternyata *megatrends* dapat memberikan dampak yang besar dibandingkan dengan *trends* pada umumnya.

### 2.2.2 *Diagnosis*

Menurut Paris (2016), diagnosis idealnya harus didasarkan pada proses mempelajari atau menyelidiki penyakit spesifik dengan melihat

penyebab atau sumber dari penyakit tertentu. Meski begitu, diagnosis memiliki beberapa fungsi yaitu dapat memandu penelitian medis, memungkinkan untuk studi tentang penyebab, prevalensi, hasil, dan metode pengobatan. Selain itu, diagnosa membantu pasien, dengan memberikan penjelasan tentang bagaimana dan mengapa mereka sakit.

Alasan lain dari diagnosis yang berlebihan adalah keinginan untuk mengidentifikasi dan mengobati penyakit pada tahap awal. Namun, sebagian besar dokter berpendapat bahwa lebih baik melakukan skrining daripada tidak melakukan skrining. Selain itu, diagnosis dalam dunia kedokteran tidak boleh digunakan untuk mendeskripsikan gejala tunggal, yang dapat memiliki banyak penyebab yang berbeda. Setiap gejala dapat dijelaskan dengan menggunakan skala standar, kecuali jika gejala-gejala tersebut mencerminkan mekanisme yang umum, gejala-gejala tersebut tidak dapat dimasukkan ke dalam manual diagnostik. Lalu, diagnosis tidak boleh menjadi pernyataan politik atau sosial. Maka dari itu, seseorang tidak dapat mendiagnosis gangguan stres pasca trauma (PTSD) hanya karena kita bersimpati pada penderitaan pasien. Pada akhirnya, diagnosis dalam psikiatri harus didasarkan pada pemahaman yang lebih baik tentang mengapa orang jatuh sakit. Pada intinya diagnosis memiliki berbagai faktor seperti biologis, psikologis, dan sosial.

### **2.2.3 TikTok**

Menurut Kyle (2020) TikTok merupakan sebuah aplikasi (iOS dan Android) yang memungkinkan pengguna untuk membuat dan berbagi video di gawai yang berdurasi pendek. Bahkan, saat ini TikTok sudah dapat merekam video dengan durasi 10 menit. Lalu, dalam aplikasi TikTok pengguna bisa secara langsung mengedit video di gawai pengguna, menambahkan klip lagu atau suara asli, dan mengunggahnya di TikTok. Di sisi lain, banyak pengguna aplikasi TikTok ini yang hanya menonton dan menikmati konten yang ada dalam aplikasi tersebut.

TikTok telah ada sejak September 2017. Aplikasi ini dimulai sebagai cabang dari platform Cina yang dikenal sebagai Douyin, yang diluncurkan di Cina pada tahun sebelumnya. Douyin dan TikTok pada dasarnya adalah aplikasi yang sama, tetapi dijalankan pada jaringan yang berbeda untuk mematuhi pembatasan sensor di Cina. Pada bulan November 2017, perusahaan induk TikTok, ByteDance, mengeluarkan dana sekitar \$1 miliar untuk mengakuisisi Musical.ly. Saat ini, TikTok adalah platform media sosial dengan pertumbuhan tercepat di dunia. Dalam buku tersebut menjelaskan sebuah data jika TikTok:

1. Sudah tersedia di 154 negara
2. Telah diunduh lebih dari 130 juta kali di AS dan 1,5 miliar kali di seluruh dunia
3. Memiliki 1 miliar pengguna di seluruh dunia
4. Memiliki 800 juta pengguna aktif bulanan

Selain itu, diperkirakan jika pengguna TikTok menghabiskan rata-rata sekitar satu jam sehari di media sosial TikTok dan membuka aplikasi ini delapan kali sehari. Dalam buku tersebut juga menjelaskan mengenai data persentase pengguna media sosial TikTok:

1. 60 persen berusia antara 16 hingga 24 tahun
2. 26 persen berusia antara 25 hingga 44 tahun
3. 80 persen berusia antara 16 hingga 34 tahun

#### **2.2.4 Peran Media Sosial Bagi Kesehatan Mental**

Menurut Sümer (2023), media sosial didefinisikan sebagai "situs web dan program komputer yang memungkinkan orang untuk berkomunikasi dan berbagi informasi di internet". Selain itu, media sosial didefinisikan sebagai teknologi berbasis komputer yang memfasilitasi pertukaran ide, gagasan dan informasi melalui pembangunan jaringan dan komunitas virtual. Selain itu, hadirnya

media sosial dapat memberikan banyak manfaat bagi individu dan organisasi. (Sumer, 2023)

**Media sosial untuk individual**, dengan akses ke internet, media sosial, dan gawai yang semakin meluas, setiap orang kini memiliki lebih banyak kesempatan untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain secara daring yang pada awalnya tidak memungkinkan untuk bertemu secara langsung. Orang-orang bereaksi terhadap berita, peristiwa, dan orang lain yang hampir tidak akan berpengaruh pada kehidupan mereka jika mereka tidak memiliki akses ke internet. Fakta-fakta ini menunjukkan bahwa proses sosialisasi mungkin sedang berubah bentuk dan media sosial mungkin menjadi salah satu bagiannya. Terdapat tiga fitur utama dari media sosial yang membantu individu yakni adalah untuk sosialisasi, memberikan kemudahan, dan *self-branding*. (Sumer, 2023)

**Media sosial untuk organisasi**, dengan banyaknya orang yang menggunakan media sosial, dan masih dalam *trend* pertumbuhan, apa yang dibagikan dan dibuat oleh orang-orang di media sosial tidak diragukan lagi merupakan sumber yang sangat berharga bagi perusahaan dalam banyak hal. Contohnya ketika adanya pandemi COVID-19 yang secara efektif memaksa perusahaan untuk beralih ke cara berpikir yang lebih digital, bisa dibilang, pentingnya media sosial bagi organisasi hanya akan meningkat seiring dengan berlanjutnya digitalisasi. (Sumer, 2023)

Penggunaan media sosial sangat masuk akal saat ini, terbukti dengan banyaknya pengguna media sosial. Oleh karena itu, meskipun kita ingin mengirimkan informasi dari jarak jauh, Kita dapat mengumpulkan informasi yang tepat waktu dan akurat. Jangkauan yang luas dan penggunaan platform media sosial yang hampir universal dapat memberikan peluang baru untuk mengatasi kesenjangan yang ada dalam layanan kesehatan mental dengan

meningkatkan kualitas, ketersediaan, dan jangkauan layanan. Saat berkomunikasi melalui media sosial, penggunaan media sosial untuk berkomunikasi tentu sangat tepat. Inilah sebabnya mengapa menggunakan media sosial untuk mengkomunikasikan pentingnya kesehatan mental kepada masyarakat adalah cara yang tepat. (Efendi et al., 2023)

WHO mendefinisikan kesehatan sebagai kesejahteraan menyeluruh pada tingkat fisik, mental dan sosial, bukan sekadar penghindaran penyakit dan kecacatan. Kata mental berasal dari bahasa Yunani dan dalam bahasa latin mempunyai arti yang sama dengan *psyche* yaitu rohani, jiwa. Mental diartikan sebagai unsur-unsur jiwa seperti emosi, pikiran, sikap, gagasan, dan keyakinan. Masalah kesehatan mental saat ini perlu diatasi karena mengurangi data ekonomi dan manfaat kesehatan masyarakat. Salah satu cara untuk mengatasi masalah ini adalah dengan memberikan informasi yang akurat dan bermakna serta mengembangkan sikap peduli dan kasih sayang terhadap kesehatan mental kita sendiri. Teknologi informasi seperti media sosial dapat dimanfaatkan untuk menyebarkan informasi dan mendorong sikap peduli terhadap kesehatan mental (Sa'diyah et al., 2022). Kesehatan mental dibagi menjadi dua kategori: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang didasarkan pada karakteristik seseorang. Sedangkan eksternal adalah sesuatu yang berasal dari luar diri seseorang. (Efendi et al., 2023)

Media sosial sangat penting dalam meningkatkan kesehatan mental. Data menunjukkan bahwa hampir semua orang saat ini menggunakan media sosial, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang tua. Berbagai konten media sosial yang membahas tentang kesehatan mental menarik banyak pengikut dan dapat membantu orang pulih dari depresi. Media sosial merupakan kebutuhan nyata bagi masyarakat yang terpapar dengan berbagai media penyimpan

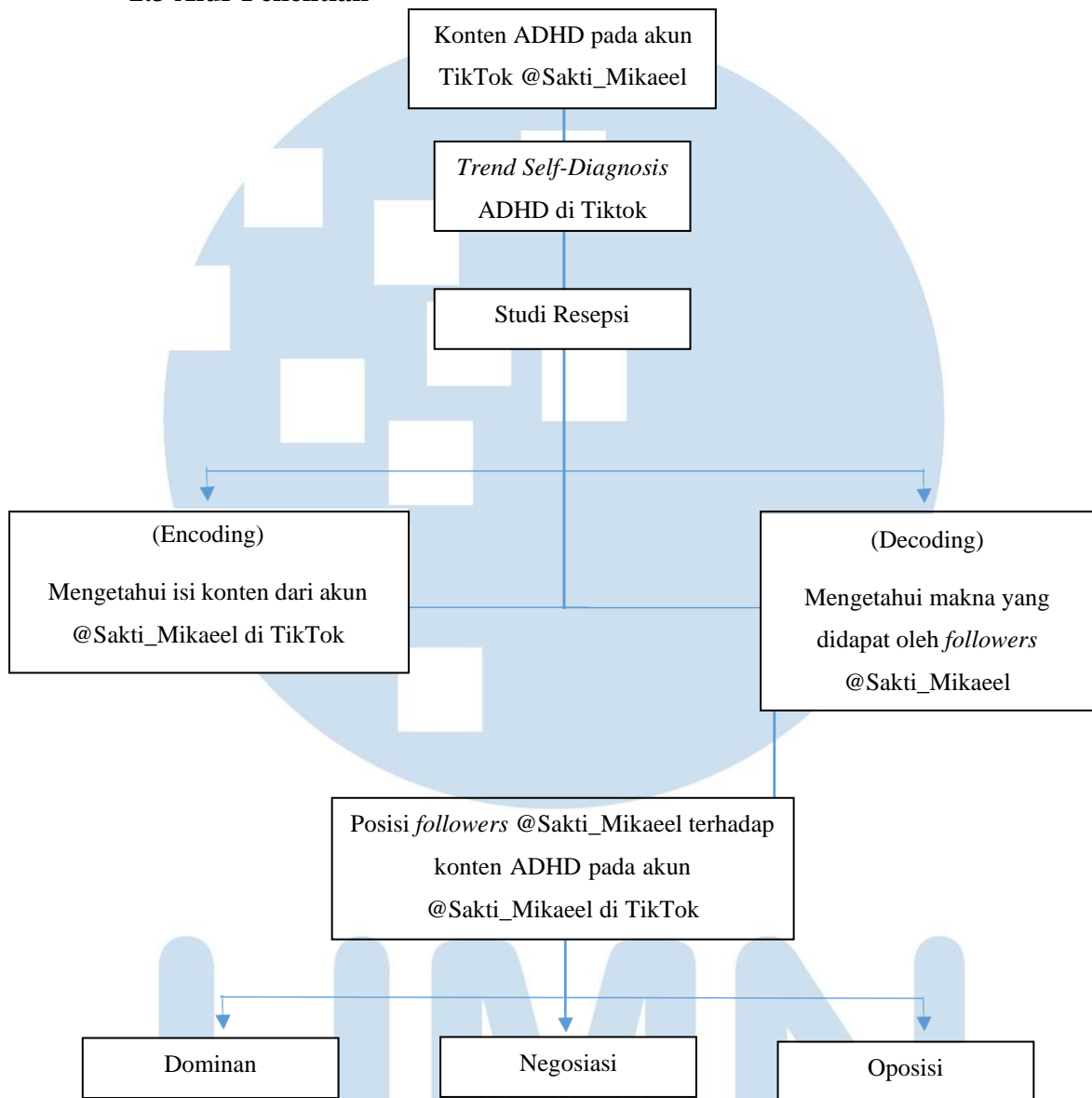
informasi, sehingga banyak kebutuhan yang dapat diungkapkan. Pengguna media sosial sangat dibutuhkan oleh pengguna karena pengguna media sosial dapat menjadi domain bisnis dan bisnis. Namun di balik dampak positif penggunaan media sosial, juga dapat memberikan dampak negatif bagi penggunanya jika tidak hati-hati dalam menggunakannya. Hal ini mencakup pengguna menjadi kecanduan, terlalu mencari ketenaran dalam arti buruk, atau menerima informasi sepenuhnya tanpa memahami dampak baik, buruk, dan dampak negatif lainnya. (Efendi et al., 2023)



# UMMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA

### 2.3 Alur Penelitian



U N I V E R S I T A S  
M U L T I M E D I A  
N U S A N T A R A