

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kesehatan mental merupakan aspek yang sangat penting, tetapi sebagian besar masyarakat masih belum memprioritaskan masalah kesehatan mental. Menurut WHO (*World Health Organization*) bahwa kesehatan mental merupakan keadaan yang dimana seseorang dapat mengatasi tekanan hidup, menyadari bahwa mereka harus bekerja dengan baik serta mengikuti komunitas-komunitas kesehatan. Tujuan dari kesehatan mental ini adalah mengusahakan manusia untuk tetap memiliki hidup sehat, mencegah terjadinya gangguan mental atau penyakit mental dan mencegah bertambahnya macam-macam penyakit mental (Utami Nur Hafsari Putri, 2022).

Gejala gangguan mental pada setiap orang tentunya mengalami hal yang berbeda-beda, gangguan mental sendiri ada beberapa jenis yang dimana seseorang merasa sakit fisik, mengganggu pikiran dan masih banyak jenis lainnya yang membuat orang-orang merasa memerlukan pertolongan. Contohnya ketika seseorang mengalami gangguan kecemasan menjadi sulit tidur atau kehilangan nafsu makan dan akhirnya merasa kelelahan dan merasa sakit kepala (Bertha, 2023). Terdapat tiga gangguan kesehatan mental yang sering terjadi dimasyarakat akhirnya memicu adanya bunuh diri dikarenakan tidak ada seorangpun yang dapat membantu akhirnya merasa dirinya sudah tidak layak untuk hidup.

Pertama gangguan mental yang sering terjadi yaitu depresi salah satu yang paling rentan ada didalam diri setiap orang hal tersebut biasanya dari beberapa tindakan seperti *bullying*, kekerasan emosional, kekerasan fisik akhirnya dalam diri seseorang tersebut menyalahkan dirinya sendiri, menyakiti dirinya sendiri dan akhirnya memilih untuk bunuh diri. Gejala lainnya yang sering dialami setiap orang adalah *mood* yang mudah berubah dan selalu tertekan sepanjang waktu akhirnya tidak memiliki semangat untuk melakukan kegiatan dan membuat berat

badan turun, insomnia dan masih banyak lainnya, stres juga dapat memicu gangguan kesehatan karena terlalu melakukan kegiatan yang sangat keras, dan terlalu memikirkan secara negatif akhirnya memicu adanya stress (Rumbi, 2023).

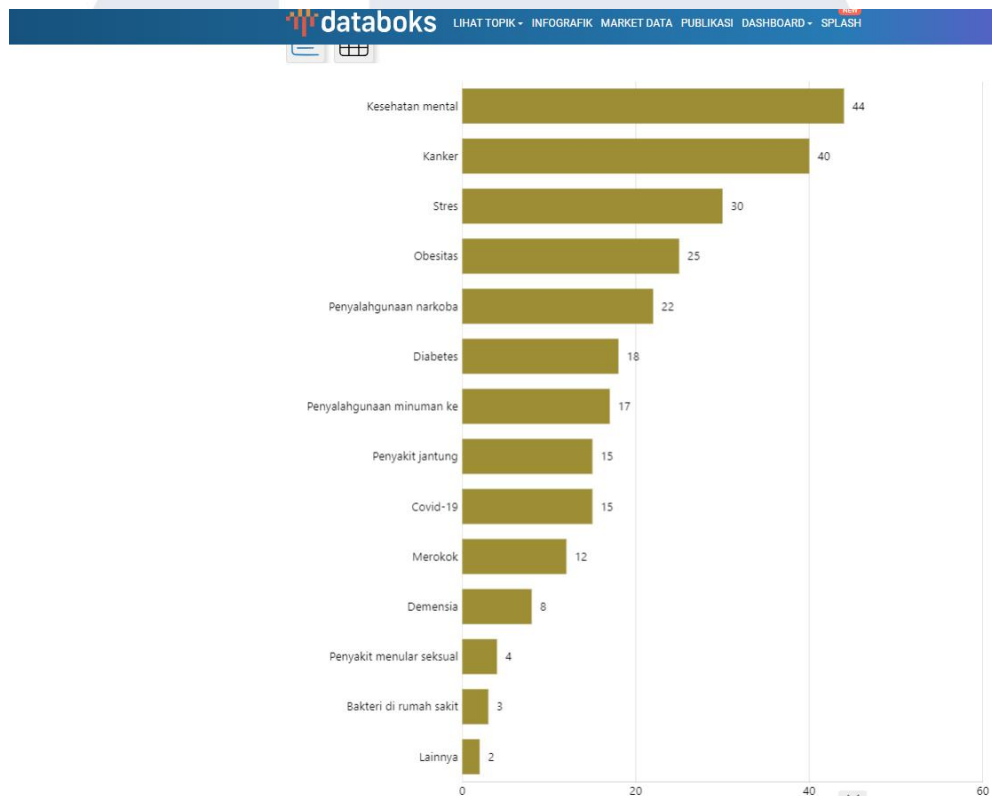
Tetapi dikarenakan masyarakat masih banyak yang belum mengetahui masalah kesehatan mental, membuat masyarakat hanya berpikir ini adalah mitos dan mengatakan bahwa kesehatan mental itu tidak penting dan seseorang yang memiliki masalah kesehatan mental tidak perlu disembuhkan. Kurangnya pengetahuan tentang masalah kesehatan mental, membuat orang-orang yang memiliki penyakit mental menjadi tidak sadar sehingga tidak ingin berkonsultasi kepada spesialis ahli kesehatan mental (Choresyo et al., 2015).

Kesehatan mental sangat penting untuk dijaga secara lahir dan batin yang dimana harus diperhatikan dengan baik, dengan begitu masyarakat dewasa sampai dengan remaja yang mudah mengalami gangguan kesehatan mental perlu adanya kesadaran didalam individu untuk mencegah terjadinya dampak negatif kedepannya (Kemenkes RS Sardjito, 2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) mengatakan bahwa lebih dari 19 juta penduduk yang berusia 15 tahun mengalami gangguan mental emosional dan juga lebih dari 12 juta penduduk dengan usia lebih dari 15 tahun mengalami depresi.

Kesehatan mental perlu disadari dan penting untuk selalu diperhatikan karena setiap kondisi mental yang sehat pada setiap individu tidak dapat disamaratakan oleh semua orang, ketika seseorang mengalami kesehatan mental yang baik dapat membantu seseorang merasa lebih baik secara emosional dan dapat lebih bebas untuk menikmati hidup yang jauh lebih baik. Kesehatan mental membuat hubungan terhadap setiap individu dapat membangun dan mempertahankan hubungan yang baik terhadap teman, keluarga (Dumilah Ayuningtyas & Rayhani, 2018)

Dari databoks 2023 bahwa di Indonesia merupakan urutan pertama yang mengalami kesehatan mental. Dari riset yang menunjukkan bahwa sebanyak 44% responden merupakan masalah kesehatan yang paling dikhawatirkan. Survei

Ipsos Global yang bertajuk *Health Service Monitor 2023* mengatakan bahwa sebanyak 48% responden secara global melihat sudah ada peningkatan untuk penyembuhan kesehatan dan sudah membaik, begitu juga dengan negara Singapura negara yang dinilai terbaik dalam sistem penyembuhan kesehatan oleh 71% responden diikuti oleh Swiss 68% dan Malaysia 66%.



Gambar 1.1 Databoks Kesehatan Mental
Sumber : (Databoks, 2023)

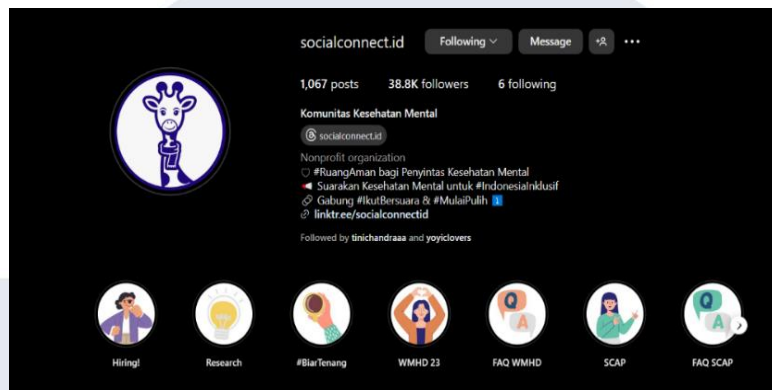
Di era saat ini tentunya komunitas di Indonesia kini memanfaatkan media sosial sebagai alat untuk memberikan informasi mengenai kesehatan mental kepada *followers* mereka, media sosial merupakan alat sumber (*re-source*) yang dimana dapat berinteraksi dengan orang-orang didalam komunitas tersebut (Shiefti Dyah Alyusi, 2016). Pesan yang disampaikan tentunya dapat dilakukan secara verbal ataupun non verbal yang dimana bisa dilakukan melalui media massa, media sosial serta pesan yang dibuat juga bisa mengubah atau mempengaruhi sikap seseorang (Perloff, 2017).

Komunitas kesehatan mental telah membentuk untuk kepedulian terhadap sesama dengan saling memberikan pengetahuan ataupun menyadarkan betapa pentingnya untuk menjaga kesehatan mental dengan memberikan pesan-pesan melalui konten. Agar pesan persuasi yang disampaikan dapat membuat masyarakat sadar dengan kesehatan mental tentunya pesan tersebut harus memiliki struktur pesan, konten pesan, *framing*, bahasa dan juga daya tarik emosional (Perloff, 2017). Pengetahuan yang penting untuk khalayak mengenai kesehatan mental perlu terus untuk ditingkatkan dalam kehidupannya, kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat menimbulkan banyak stigma pada individu yang mengalami gangguan psikologis, oleh itu peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat dikembangkan dengan cara memberikan pesan-pesan literasi kesehatan mental melalui komunitas, harapan adanya pengetahuan ini masyarakat menjadi lebih peduli terhadap kesehatan mental dan dapat mengurangi stigma bahwa kesehatan mental tidak penting (Farisandy & Asihputri, 2023)

Salah satu komunitas di Indonesia yang memanfaatkan media sosial Instagram untuk mempersuasi *followers* mereka adalah komunitas Social connect, Social connect berdiri pada tahun 2019 yang dimulai dengan proyek sosial dengan tujuan berbagi cerita serta konten seputar kesehatan mental, Social Connect tidak membuka sesi konseling hanya saja menggunakan *chat* grup untuk siapapun yang ingin menceritakan masalah mereka dengan menggunakan anonim.

Sejarah awal Social Connect bermula pada tahun 2018 dimana membentuk sebagai *chat* grup dengan dukungan penyintas kesehatan mental yang dimulai dengan 4 orang berbagi cerita secara anonim hingga bertambah menjadi 15 orang. Kini akun Instagram dari *username* @socialconnect.id telah memiliki *followers* 40.1 ribu dengan sebanyak 1.046 *posts*. @socialconnect.id memberikan informasi seputar topik kesehatan mental secara *online* dengan memposting melalui *feeds* dan *reels* Instagram sehingga *followers* dapat mengakses informasi tersebut terkait isu mental sesuai yang mereka perlukan melalui akun Instagram @socialconnect.id, terkait semakin ramainya pembincangan dan kasus kesehatan

mental yang banyak dibahas di masyarakat dan memberikan cara menanggulangi masalah terkait yang sedang dibahas.



Gambar 1.2 Instagram socialconnect.id

Komunitas Social Connect yang merupakan komunitas kesehatan mental dengan bertujuan untuk memberikan kesadaran bagi individu terkait masalah-masalah yang sedang dialami dengan mempersuasi *followers* mereka. Dalam postingan Social Connect tidak hanya berupa konten *feeds* saja, tetapi ditampilkan dengan berupa video dimana didalam video tersebut memberikan pesan persuasi berupa *reels*. Dalam tampilan *reels* dibawah ini memberikan pesan persuasi mengenai masalah *overthinking*, dalam postingan tersebut dibuat dengan pesan persuasi mengajak individu semua untuk tetap tenang dan tidak mudah cemas serta diberikan solusi untuk individu yang sedang mengalami permasalahan tersebut.



Gambar 1.3 reels Instagram socialconnect.id



Gambar 1.4 *feeds* Instagram socialconnect.id

Untuk pesan persuasi lainnya berupa *feeds* yang memberikan pesan persuasi kepada anak-anak Gen Z yang mengalami masalah stres sehingga dari komunitas @socialconnect.id memberikan solusi khusus untuk anak-anak Gen Z yang sedang mengalami permasalahan tersebut.

Alasan mengapa memilih komunitas Social Connect dikarenakan komunitas nya sangat konsisten dalam memberikan pesan-pesan mengenai kesehatan mental dengan mengikuti informasi terkini, serta komunitas tersebut sangat aktif dalam kegiatan lainnya. Dilihat dari *followers* Social Connect yang cukup banyak 40.1 ribu dibandingkan dengan komunitas kesehatan mental lainnya yang masih baru dibentuk, oleh itu Social Connect dipilih untuk dijadikan sebagai tempat populasi dalam penyebaran kuesioner dikarenakan komunitas yang *followers*nya sudah besar pengikut nya dibatasi untuk tidak bisa dilihat secara keseluruhan.

1.2 Rumusan Masalah

Kesehatan mental merupakan salah satu hal yang wajib harus diterapkan di kehidupan kita. Tetapi permasalahan yang sering terjadi adalah masyarakat Indonesia masih belum peduli akan hal tersebut, sehingga masih banyak orang-orang yang belum berani untuk menceritakan masalah kesehatan mereka kepada orang-orang terdekat mereka maupun kepada komunitas kesehatan yang sesuai

dengan ahlinya. Dari latar belakang menunjukkan bahwa informasi kesehatan mental penting, tetapi bagaimana cara komunitas dari Social Connect dapat membuat pesan-pesan tersebut menjadi lebih efektif dalam memberikan pengetahuan untuk pengikut mereka di Instagram, sehingga hal ini menarik untuk diteliti apakah terdapat pengaruh dalam pesan-pesan yang diberikan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian yang sudah dijelaskan melalui rumusan masalah diatas menjadi sebuah pertanyaan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh dari pesan persuasi @socialconnect.id terhadap pengetahuan kesehatan mental?
2. Seberapa besar pengaruh pesan persuasi @socialconnect.id terhadap pengetahuan kesehatan mental?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang akan dilakukan adalah :

1. Mengetahui pengaruh pesan persuasif @socialconnect.id terhadap pengetahuan kesehatan mental.
2. Mengetahui besarnya pengaruh dari pesan persuasi terhadap pengetahuan kesehatan mental pada *followers* @socialconnect.id.

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan konsep pesan persuasi yang mencakup struktur, konten, bahasa, dan pesan emosional dengan menggunakan media sosial.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada Social Connect sebagai komunitas kesehatan mental maupun lembaga lainnya dalam mengelola pesan persuasif yang efektif pada khalayak.