

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan situasi dimana individu merasakan kesejahteraan mental yang memungkinkan mereka untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari potensi diri, belajar dan bekerja secara optimal, dan mampu berperan aktif dalam komunitas (World Health Organization, 2022). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi depresi tertinggi ada pada kelompok usia 15—24 tahun, yaitu sebesar 2%, tetapi hanya 10,4% yang mengakses layanan pengobatan (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Data ini menunjukkan bahwa kalangan remaja hingga dewasa muda, termasuk mahasiswa, rentan mengalami gangguan kesehatan mental, tetapi tingkat pencarian bantuan masih tergolong rendah.

Mahasiswa di Universitas Multimedia Nusantara (UMN) juga tidak lepas dari kerentanan akan gangguan kesehatan mental. Berdasarkan hasil wawancara pada tahap pengumpulan data dengan Yanuar Lurisa Aldio S.Psi, Student Support *officer*, yang dilakukan pada 9 September 2025, terdapat golongan mahasiswa yang stabil dan ada pula yang belum stabil secara emosional. Sebagai universitas yang peduli akan kesehatan mental mahasiswa, UMN menyediakan wadah bantuan berupa Student Support yang menjalankan layanan psikologis. Menjadi divisi kemahasiswaan yang tergabung dalam Internal Student Affairs, Student Support menyediakan layanan berupa konseling, konselor sebaya, psikotes, psikoedukasi, dan layanan kedukaan (Universitas Multimedia Nusantara, 2023).

Walaupun Student Support telah menyediakan berbagai layanan kesehatan mental secara gratis dan difasilitasi dengan psikolog profesional, tidak semua mahasiswa merasa nyaman untuk memanfaatkan layanan Student Support. Informasi layanan pun sudah disediakan melalui akun Instagram @studentsupport.umn. Dari hasil pra-kuesioner yang dilakukan oleh peneliti, 72,7% dari mahasiswa menyatakan sudah mengetahui keberadaan Student Support.

Akan tetapi, ditemukan juga 79,4% mahasiswa ragu untuk mengakses layanan karena berbagai faktor. Dari angka tersebut, 19,6% mahasiswa mengaku ragu untuk mengakses layanan karena merasa masalah yang dialami tidak cukup serius untuk dibawa ke psikolog. Berdasarkan hasil wawancara dengan Yanuar Lurisa Aldio S.Psi pada tahap pengumpulan data, keraguan mahasiswa terjadi karena Student Support merupakan layanan yang bekerja di bawah universitas, sehingga ada kekhawatiran bahwa cerita dapat disebarluaskan di lingkungan kampus. Di sisi lain, media komunikasi Student Support UMN belum menekankan aspek kerahasiaan layanan, minim testimoni, serta kurang mensosialisasikan opsi konseling online.

Jika mahasiswa merasa enggan dalam mencari bantuan kesehatan mental kepada Student Support, maka gejala gangguan yang dialami berisiko tidak segera tertangani. Gejala gangguan kesehatan mental yang tidak segera ditangani dapat berakibat pada gangguan yang lebih berat (Radiani WA, 2019, h.29). Studi menunjukkan bahwa faktor paling kuat yang mendorong individu dalam mencari layanan kesehatan mental adalah ketika terjadi penurunan fungsi, sehingga sebagian besar baru mencari bantuan saat gejala sudah parah dan mengganggu aktivitas keseharian hidupnya (Doll et al., 2021, h.8). Selain itu, kesehatan mental yang tidak terkelola dengan baik juga dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa. Menurut penelitian Ulfah (2023, h.26-28), terdapat pengaruh signifikan yang terjadi antara prestasi akademik mahasiswa tingkat akhir dilihat dari kesehatan mentalnya. Hal ini mengindikasikan bahwa perlunya penanganan gejala gangguan kesehatan mental sejak dini supaya gangguan tidak berkembang lebih jauh.

Maka dari itu, diperlukan upaya untuk mengubah keraguan yang ada supaya mahasiswa lebih merasa nyaman dan berani mengakses layanan kesehatan mental Student Support. Menurut Rogers & Storey dalam Ali et al. (2023, h.98), kampanye merupakan proses komunikasi terencana yang bertujuan memberi dampak tertentu secara berkelanjutan. Sejalan dengan itu, penggunaan media interaktif dapat meningkatkan motivasi, pemahaman, dan partisipasi (Ramsi, 2023, h.5). Dengan demikian, kampanye interaktif dapat menjadi strategi relevan sebagai bentuk solusi dalam membantu mengurangi keraguan serta memotivasi keberanian mahasiswa UMN dalam mengakses layanan kesehatan mental Student Support.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah, yaitu:

1. Mahasiswa masih ragu untuk mengakses layanan kesehatan mental Student Support UMN, karena merasa masalah yang dialami tidak cukup serius untuk dibawa ke psikolog serta adanya kekhawatiran bahwa cerita pribadi mereka dapat tersebar di lingkungan kampus.
2. Media yang digunakan oleh Student Support UMN belum menekankan aspek kerahasiaan layanan, minim testimoni, serta belum mensosialisasikan opsi konseling online.

Oleh karena itu, pernyataan penelitian dari perancangan ini adalah bagaimana perancangan media kampanye interaktif tentang layanan kesehatan mental di Student Support Universitas Multimedia Nusantara?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan ini dibatasi pada pembuatan kampanye interaktif sebagai bentuk media persuasif. Target perancangan ditujukan kepada mahasiswa Universitas Multimedia Nusantara (UMN), laki-laki dan perempuan, SES A3, berusia 18—25 tahun, dengan pendidikan minimal lulusan SMA/ SMK, mencakup berbagai jurusan dan angkatan. Secara psikografis, perancangan difokuskan kepada mahasiswa yang membutuhkan dukungan emosional, tetapi enggan untuk mencari bantuan dan mengakses layanan kesehatan mental. Ruang lingkup konten perancangan akan membahas isu yang menjadi penyebab keraguan mahasiswa dalam mengakses layanan kesehatan mental, dengan tujuan mendorong keberanian dan rasa aman mahasiswa dalam memanfaatkan layanan Student Support.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan dari perancangan ini adalah untuk merancang media kampanye interaktif tentang layanan kesehatan mental di Student Support Universitas Multimedia Nusantara.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Peneliti berharap perancangan kampanye interaktif ini dapat memberikan manfaat. Manfaat Tugas Akhir dibagi menjadi dua bagian :

1. Manfaat Teoretis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam arsip perkembangan ilmu pengetahuan di bidang Desain Komunikasi Visual, terutama dalam pilar persuasi yang berupa perancangan media kampanye interaktif. Selain itu, perancangan ini juga dapat menjadi referensi dan inspirasi bagi penelitian sejenis di masa mendatang yang membahas mengenai strategi komunikasi visual dalam upaya meningkatkan kesadaran akan isu kesehatan mental dan layanan kesehatan mental.

2. Manfaat Praktis:

Perancangan media kampanye interaktif ini diharapkan dapat membantu Student Support Universitas Multimedia Nusantara dalam meningkatkan kesadaran dan mengurangi keraguan mahasiswa UMN terhadap layanan kesehatan mental. Kampanye interaktif yang dirancang juga dapat berfungsi menjadi bagian dokumen arsip Universitas Multimedia Nusantara serta referensi bagi penelitian maupun perancangan serupa di masa mendatang.

