

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, kesehatan mental merujuk pada keadaan yang stabil dan seimbang dari pikiran, emosi, dan perilaku seseorang yang memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dengan cara yang produktif dan positif (Rayhani, 2018). Gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, depresi, gangguan bipolar, dan skizofrenia, dapat mempengaruhi kesejahteraan seseorang secara signifikan. Tidak hanya kesehatan fisik saja kesehatan mental juga merupakan bagian penting dari kesehatan secara menyeluruh. Dimana kesehatan fisik, kesehatan mental juga memengaruhi kualitas hidup seseorang. Kondisi kesehatan mental yang buruk dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk bekerja, belajar, dan berinteraksi dengan orang lain. Dalam jangka panjang, masalah kesehatan mental yang tidak diatasi dapat menyebabkan gangguan psikologis yang lebih serius. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan kesehatan mental dan memastikan bahwa kita untuk melakukan hal-hal yang baik untuk kesehatan mental diri kita. Kesehatan mental merupakan aspek yang mendasar dari definisi kesehatan.

Kesehatan mental yang baik sangat memungkinkan orang untuk menyadari potensi yang mereka miliki, mengatasi tekanan dalam kehidupan yang normal, dan melakukan pekerjaan secara produktif. Sari, N (2021) mengatakan hingga saat ini sekitar 450 juta orang menderita gangguan kesehatan mental dan perilaku di seluruh dunia. Diperkirakan satu dari empat orang di dunia akan menderita gangguan kesehatan mental selama masa hidup mereka. Radiani, W.A (2019) menjelaskan bahwa WHO *regional* Asia Pasifik (WHO SEARO) mengatakan jumlah kasus gangguan depresi terbanyak saat ini berada di India (56.675.969 kasus atau 4,5% dari jumlah populasi yang ada), untuk kasus terendah berada di negara Maldives (12.739 kasus atau 3,7% dari populasi). Radiani, W.A (2019) WHO mengatakan bahwa untuk di Indonesia sendiri memiliki kasus gangguan kesehatan mental sebanyak 9.162.886 atau 3,7% dari populasi Indonesia. Maka dari itu tidak heran

bahwa ada saja yang mengangkat isu kesehatan mental untuk mengedukasi masyarakat khususnya pada remaja tentang bagaimana cara menyikapinya ketika kita atau orang terdekat mengalami masalah tersebut.

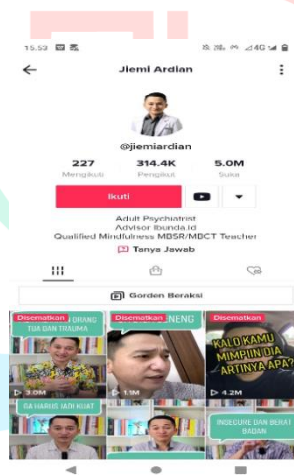
Banyak remaja yang mengalami masalah gangguan kesehatan mental, namun sayangnya masalah kesehatan mental masih menjadi konsep yang tabu bagi sebagian remaja. Beberapa faktor yang menyebabkan hal ini antara lain stigma dan kurangnya pemahaman tentang kesehatan mental, tidak nyaman dalam berbicara tentang perasaan dan pikiran mereka, serta kekhawatiran tentang bagaimana orang lain akan menilai mereka jika mereka mengungkapkan masalah kesehatan mental mereka (Alfina, 2020). Akibatnya, banyak remaja yang tidak mencari bantuan untuk masalah kesehatan mental mereka, yang dapat memperburuk kondisi mereka. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, pengajar, dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pemahaman tentang kesehatan mental dan memberikan dukungan bagi remaja yang mengalami masalah kesehatan mental.

Remaja juga harus diberi kesempatan untuk berbicara tentang perasaan dan pikiran mereka tanpa takut dihakimi atau dipandang rendah. Dengan demikian, remaja dapat merasa lebih nyaman untuk mencari bantuan dan mendapatkan perawatan yang dibutuhkan. Dilansir dari bps.go.id tahun 2022 jumlah penduduk Indonesia pada remaja yang berusia 15-24 tahun adalah sebanyak 44.653,9 orang dan memiliki persentase depresi sebesar 6,2% atau setara dengan 22.768,5418 orang. Depresi berat akan mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri (*selfharm*) hingga bunuh diri. Sebesar 80 – 90% kasus bunuh diri merupakan akibat dari depresi dan kecemasan (Alfina, 2020).

Maka dari itu, tidak heran jika banyak orang khususnya para psikiater yang membagikan edukasi terkait kesehatan mental di berbagai platform media sosial tersebut dalam durasi yang tidak terlalu panjang, seperti yang dilakukan oleh akun TikTok @Dr.zulvia.syarif.spkj dengan 225.8k followers, @Dr.santi\_psychiatrist dengan 17.0k followers, dan @jiemiardian dengan 314.4k followers per tanggal 05 April 2023. Dari ketiga akun tersebut, terdapat satu akun yang membuat peneliti tertarik untuk diteliti lebih lanjut. Akun tersebut merupakan, akun dari seorang Dr. Jiemie Ardian dengan jumlah followers yang lebih banyak yaitu sebesar 314.4k followers per tanggal 05 April 2023. Akun Dr. Jiemie Ardian memiliki beberapa

program, seperti program yang memberikan edukasi dalam waktu satu menit yang disebut dengan semenit edukasi (SEMEDI), program gorden, dan beberapa video yang tidak memiliki nama dalam segmen di akun TikTok miliknya yang membahas tentang kesehatan mental.

Contoh konten yang sering dibuat oleh dr. Jiemi Ardian yang mengangkat gangguan kesehatan mental adalah depresi. Dimana pada konten tersebut dr. Jiemi Ardian membahas terkait hal-hal yang berhubungan dengan depresi, seperti dua perbedaan depresi dan sedih, depresi pasca persalinan, dan lain sebagainya. Maka dari itu, peneliti ingin mengangkat akun @jiemiardian sebagai media dalam memberikan pesan edukasi kesehatan mental dengan 53 video dari 235 video yang dibuatnya mulai dari periode 17 Juli 2020-05 April 2023. Alasan peneliti memilih periode tersebut dikarenakan pada tanggal 17 Juli 2020 adalah awal dr. Jiemi Ardian membuat edukasi terkait gangguan kesehatan mental yaitu depresi dan di akhiri pada tanggal 05 April tahun 2023 untuk 235 konten video yang dibuatnya.



Gambar 1.1. TikTok @jiemiardian

Dr. Jiemi Ardian Sp.Kj merupakan psikiater yang memiliki spesialisasi dalam bidang kesehatan mental dan berfokus pada isu-isu seperti depresi, bunuh diri, *self-harm*, dan *borderline*. Beliau telah menyelesaikan pendidikan medisnya di Universitas Sebelas Maret dan saat ini berpraktik di Rumah Sakit Siloam Bogor. Sebagai seorang Advisor di Ibunda.id, beliau juga turut memberikan dukungan dan informasi tentang kesehatan mental kepada masyarakat (Gumintang, G.H. 2022)

Dalam menghadapi gangguan kesehatan mental, penting untuk mendapatkan dukungan dan perawatan dari seseorang yang profesional yang berkualitas, dan Dr.

Jiemi Ardian Sp.Kj adalah salah satu ahli yang dapat memberikan bantuan dalam hal tersebut. Selain memiliki kesibukan dalam menjalankan praktik di Rumah Sakit, Dr Jiemi juga suka membuat konten terkait kesehatan mental di akun TikTok miliknya. Awalnya akun Dr Jiemi tidak mempunyai program atau segmen tertentu, hanya video biasa yang dibuat untuk memberikan pesan edukasi terkait beberapa hal, salah satunya adalah tentang gangguan kesehatan mental yang biasanya sering dirasakan oleh banyak penontonnya.

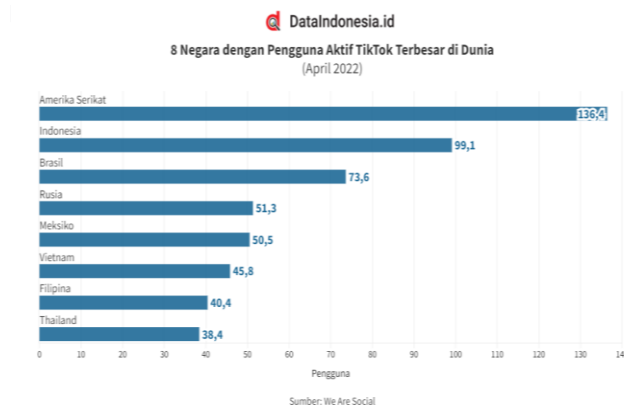
Pesan edukasi sendiri merupakan pesan yang mengandung ajaran atau informasi yang disampaikan dengan tujuan untuk mendidik komunikannya (M, Umar A.R.S, & ChanDra, Marlina, 2020) . Edukasi pertama yang diberikan oleh Dr Jiemi terkait kesehatan mental adalah Depresi yang diunggah pada tanggal 17 Juli 2020. Di mana pada video tersebut Dr Jiemi menjelaskan “bahwa depresi merupakan gangguan yang cukup kompleks, yang didahului oleh beberapa faktor, seperti faktor Biologis, Psikologis, dan Sosial. Jadi tidak sesederhana kurang bersyukur atau kurang beribadah. Jadi kalo ada orang yang memiliki gangguan depresi itu harus ditolong, jangan dihakimi”. Video pertama tentang gangguan kesehatan mental tersebut memiliki *insight* yang cukup tinggi dengan jumlah *viewers* sebanyak 9.292 orang, *likes* 847 orang, *commentar* 24 orang, *save* 116 orang, dan 272 orang yang nge *share* video tersebut.

Dari video yang diunggah, memiliki respon yang cukup bagus, sehingga membuat Dr Jiemi menambahkan kreatifitas dengan membuat berbagai program, seperti program semenit edukasi atau yang biasa disingkat dengan SEMEDI, program gorden bereaksi, dan video lainnya yang tidak diberi program tersendiri. Dalam video tersebut, akun TikTok @jiemiardian sering membagikan pengetahuan-pengetahuan terkait gangguan kesehatan mental seperti bipolar, trauma, ADHD, OCD, skizofrenia, depresi, gangguan kecemasan, dan masih banyak lagi kesehatan mental yang dibahas pada akun tersebut. Tidak hanya itu, video tersebut juga memberikan edukasi dengan berbagai video kombinasi yang bermacam-macam, seperti hanya menjelaskan saja ditambahkan sebuah teks, mempraktekkan seolah-olah menjadi seorang pasien dengan menanyakan hal-hal terkait gangguan kesehatan mental lalu dijawab sebagai seorang dokter, me *reaction* sebuah video, dan lain sebagainya

Berdasarkan gramedia.com media sosial sendiri merupakan suatu platform digital yang menyediakan berbagai macam fasilitas untuk seseorang dapat melakukan sebuah aktivitas sosial. Aktivitas yang dapat dilakukan di media sosial sendiri yaitu seseorang bisa melakukan komunikasi atau interaksi hingga dapat memberikan sebuah informasi atau konten berupa tulisan, foto, dan video yang dapat diakses oleh semua pengguna selama 24 jam.

Menurut Nasrullah. (2022). Denis Mc Quail menjelaskan bahwa karakteristik utama dari sebuah media baru adalah terkaitnya *audience* sebagai seseorang yang mengirim dan menerima informasi dan pesan, interaktivitasnya, serta kegunaannya yang beragam sebagai peran yang terbuka, serta sifatnya yang bisa dilakukan dimana saja. Dengan perubahan teknologi tersebut, membuat perubahan pada gaya hidup masyarakat yang saat ini sudah sepenuhnya beralih ke teknologi digital, termasuk dalam mengonsumsi sebuah informasi. Tidak hanya komunikasi dan berinteraksi, seiring dengan perkembangan teknologi di era digital saat ini media sosial memiliki banyak fungsi yang bisa dimanfaatkan oleh seseorang seperti memberikan edukasi terkait hal yang biasanya sering terjadi. Salah satunya adalah dalam penggunaan media TikTok yang dilakukan oleh Dr. Jiemie Ardian dalam menyampaikan edukasi terkait isu kesehatan mental yang sangat membantu dalam mencari informasi terkait kesehatan mental.

TikTok merupakan aplikasi yang saat ini ramai diperbincangkan di seluruh dunia dengan membuat perubahan di dunia sosial media. TikTok sendiri merupakan sebuah aplikasi sosial media yang menampilkan berbagai macam video yang menarik dengan durasi yang tidak terlalu lama yang dapat menyita banyak perhatian banyak orang. Penggunaan TikTok meningkat saat pandemi Covid-19 yang mengharuskan mereka untuk berdiam diri di rumah. Awalnya TikTok digunakan hanya untuk menghibur diri saat mereka merasa bosan. Kini TikTok telah disukai oleh banyak orang dan meningkat Drastis.



Gambar 1.2. DataIndonesia.id. 8 Negara dengan Pengguna Aktif TikTok Terbesar di Dunia

Penggunaan tiktok di Indonesia pada bulan April tahun 2022 adalah memiliki jumlah terbesar kedua setelah Amerika Serikat, yaitu sebesar 99,1 juta orang di Indonesia aktif dalam menggunakan TikTok (Rizaty, 2022). Menurut Rizaty (2022) *We Are Social* melaporkan bahwa hingga saat ini TikTok telah memiliki 1,4 miliar pengguna yang aktif dengan usia mayoritas di atas 18 tahun secara global. Jumlah tersebut naik 15,34% dibandingkan sebelumnya yang hanya 1,2 miliar pengguna yang aktif. Angga Anugrah Putra selaku Head of Content and User Operations TikTok Indonesian mengatakan bahwa konten tersebut mengalami kenaikan saat pandemi covid-19 berlangsung dan konten edukasi adalah konten nomor satu yang paling sering dibuat oleh masyarakat Indonesia (Cindy, 2020). Maka tidak heran jika banyak psikiater atau psikolog yang membahas terkait edukasi tentang kesehatan mental di platform TikTok. Tingginya penggunaan TikTok di Indonesia membuat informasi yang diberikan juga cepat untuk menyebar, sehingga tidak sedikit orang yang membagikan edukasi terkait kesehatan mental di *platform* tersebut, salah satunya seperti yang dilakukan oleh Dr. Jiemie Ardian dalam akun TikTok miliknya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang terdapat pada sebuah jurnal dan skripsi. Penelitian pertama yang berjudul “Fenomena TikTok sebagai Media Komunikasi Edukasi” yang dilakukan oleh Rafika Rasdin, Yeti Mulyati, Khaerudin Kurniawan pada tahun. 2021. menjelaskan bahwa Tujuan penelitian ini yaitu untuk membahas fenomena TikTok sebagai media komunikasi di zaman 4.0 dan sebagai langkah awal untuk merancang pengembangan model bahan ajar bahasa Indonesia dengan menggunakan aplikasi TikTok sebagai media bantu yang menarik dan

menyenangkan. Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa media sosial TikTok dengan berbagai macam fitur yang menarik dan mudah dalam pengoprasian dapat dengan tepat dan efisien dimanfaatkan sebagai media edukasi, khususnya pada pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia.

Penelitian kedua yang berjudul “Pemanfaatan TikTok Sebagai Media Edukasi di masa Pandemi Covid-19” yang dilakukan oleh Chotijah Fanaqi, R. Ismira Febrina, Resty Mustika Pratiwi, Gymnastiar. 2022. mengatakan bahwa penelitian tersebut dilatar belakangi oleh penggunaan media sosial TikTok yang meningkat di masa covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pemanfaatan media sosial TikTok untuk media edukasi di masa pandemic covid 19. Metode penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif melalui teknik pengumpulan data berupa teknik wawancara, observasi, dan studi pustaka terkait persoalan yang relevan dengan pembahasan penelitian. Selain bermanfaat sebagai media hiburan untuk meningkatkan imun (*mood booster*) bagi para penggunanya. TikTok juga dimanfaatkan sebagai media edukasi untuk mendapatkan informasi dan pengetahuan mengenai hal-hal tertentu yang menjadi tujuan para penggunanya.

Penelitian ketiga yang berjudul “Pesan Edukasi Kesehatan Mental Di Media Sosial Pada Masa Pandemi Covid-19 (Analisis Isi Akun Tiktok @Christineang93)” yang dilakukan oleh DianDra Nafia Salshabila. Penelitian tersebut dilatar belakangi oleh dampak dari pandemi Covid-19 yang tidak hanya pada kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental manusia. Aktivitas yang dianjurkan seperti karantina dan lain sebagainya, mempunyai efek yang dapat mendorong terjadinya penyebaran kesadaran kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian deskriptif dan dasar penelitian analisis isi yang dilakukan untuk menganalisis 73 video pada akun @chirtineang93 yang dilakukan dari bulan Maret-Agustus tahun 2021 di playlist “*Mental Health*”. Dari penelitian yang sudah dibuat, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penyampaian tema pada pesan edukasi yang disampaikan cukup relevan dengan realitas keadaan remaja di Indonesia saat ini.

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu terlihat dari akun yang berbeda. Pada penelitian sebelumnya, menggunakan akun “@christineang93,

sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan akun “@jiemiardian”. Dimana akun @christineang93 adalah seorang dokter psikolog klinis dan @jiemiardian adalah seseorang psikiater yang memiliki beberapa program dengan tema terkait isu kesehatan mental. Pada penelitian sebelumnya, penelitian hanya difokuskan terkait kesehatan mental yang terjadi disaat Covid-19 berlangsung, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang isu kesehatan mental yang terjadi pada saat ini.

Berdasarkan latar belakang di atas menyatakan bahwa di era saat ini edukasi bisa dilakukan dimanapun dan kapanpun, dan media sosial memiliki peran penting dalam penyebaran informasi tersebut dan masyarakat bisa mengakses nya dengan mudah untuk mencari informasi dan berkomunikasi. TikTok merupakan media sosial yang menjadi salah satu sarana untuk menyampaikan isu sosial yang ada di masyarakat. Maka dari itu peneliti tertarik dan ingin meneliti pesan edukasi yang diberikan oleh Dr. Jiemi Ardian dalam akun TikTok miliknya terkait gangguan kesehatan mental yang dibuatnya dengan menggunakan Analisis isi sebagai metodenya dengan indikator sifat pesan, bentuk konten, dan jenis-jenis kesehatan mental.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang ada di atas, maka terdapat rumusan masalah yang peneliti angkat, yaitu “Bagaimana isi pesan edukasi terkait kesehatan mental yang diberikan pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023?”

Dan diuraikan menjadi beberapa pertanyaan yang lebih terperinci, sebagai berikut:

1. Bagaimana sifat pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023?
2. Bagaimana bentuk pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023?
3. Bagaimana jenis-jenis kesehatan mental terkait pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023?



### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan Rumusan Masalah yang dibuat, tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah, ingin mengetahui isi pesan edukasi terkait kesehatan mental yang diberikan pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023”

1. Menjelaskan sifat pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023
2. Menjelaskan bentuk pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023
3. Menjelaskan jenis-jenis kesehatan mental terkait pesan edukasi kesehatan mental pada akun TikTok @jiemiardian periode 17 Juli 2020-05 April 2023

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1. Manfaat Akademis**

Hasil yang dapat diberikan dalam penelitian ini adalah adanya kontribusi dan manfaat bagi kepentingan dalam bidang ilmu komunikasi khususnya dalam pembelajaran yang dilakukan pada media sosial. Penelitian ini juga dapat memberikan manfaat dan solusi khususnya dibidang ilmu komunikasi yang berkaitan dengan analisis isi.

#### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berhadap bisa memberikan evaluasi serta motivasi kepada content creator lainnya dalam mengedukasi tentang kesehatan mental pada media sosial terutama media sosial TikTok. Peneliti juga berharap, bahwa penelitian ini bisa menjadi referensi untuk mendapatkan sebuah informasi di media sosial TikTok.

