

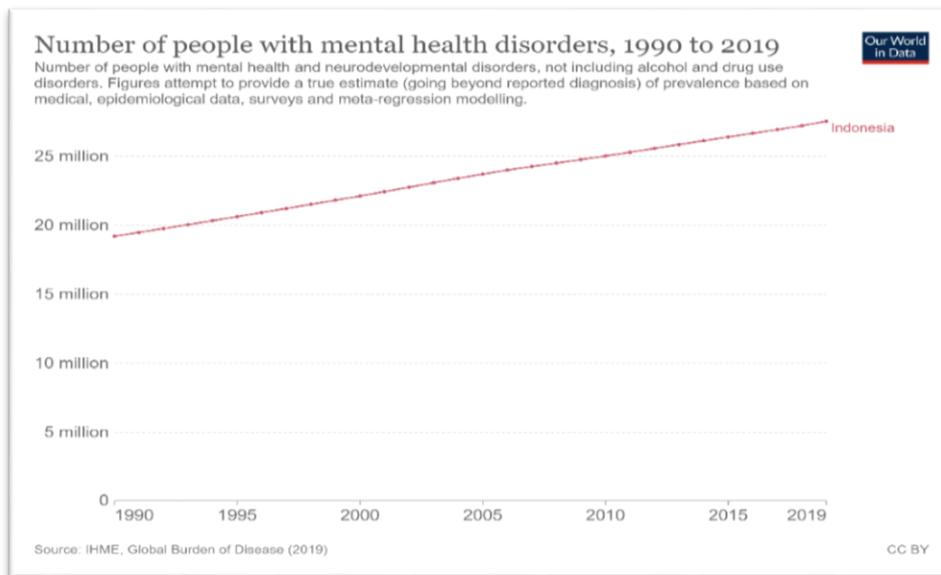
# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

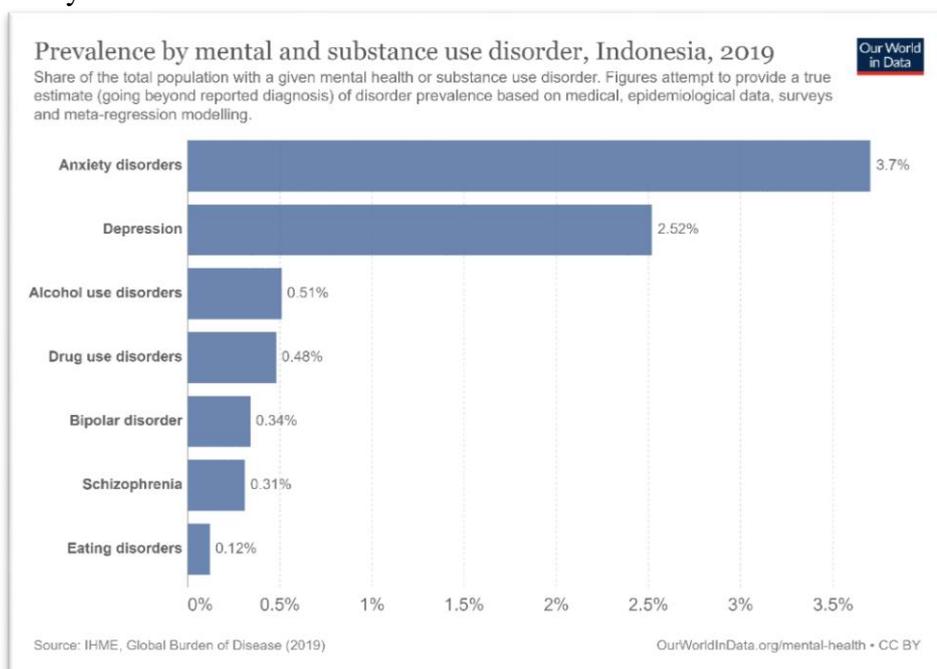
Kasus bunuh diri di dunia sudah banyak terjadi. Sekitar satu miliar orang hidup dengan gangguan kesehatan mental, dan setiap 40 detik terdapat satu orang yang meninggal karena bunuh diri (World Health Organization, 2020). Berdasarkan *World Population Review* yang bersumber dari data WHO pada tahun 2019, terdapat 10 negara yang memiliki tingkat bunuh diri tertinggi diantara Lesotho, Guyana, Eswatini, Korea Selatan, Kiribati, Negara Federasi Mikronesia, Lituania, Suriname, Rusia, dan Afrika Selatan. Salah satu faktor penting ialah tingkat depresi tetapi adapun faktor lain yang harus ditinjau seperti akademik, kondisi fisik, kesehatan mental, status ekonomi, kesejahteraan, kepuasan hidup secara keseluruhan, dan kinerja di tempat kerja. Selain itu, terdapat beberapa data negara yang memiliki tingkat bunuh diri yang rendah diantaranya Antigua, Barbuda, Barbados, Granada, Sao Tome dan Principe, Yordania, Saint Vincent dan Grenadines, Suriah, Venezuela, Honduras, dan Filipina (World Health Organization, 2019).

Gangguan kesehatan mental juga dikaitkan dengan sejumlah kematian yang tidak langsung melalui bunuh diri dan melukai diri sendiri, di beberapa negara yang berpenghasilan tinggi meta-analisis menunjukkan bahwa sekitar 90% kematian akibat bunuh diri disebabkan oleh gangguan mental dan penggunaan zat yang mendasarinya (Dattani, 2021). Berdasarkan tinjauan di beberapa studi meta-analisis, diperkirakan bahwa 68% bunuh diri di seluruh Cina, Taiwan dan India dikaitkan dengan kesehatan mental dan juga penggunaan narkoba. Studi ini juga menunjukkan bahwa individu dengan depresi berisiko bunuh diri sekitar 20 kali lebih tinggi dibandingkan dengan individu tanpa depresi, hal ini diperkirakan bahwa sebagian besar kematian akibat bunuh diri terkait dengan kesehatan mental (Dattani, 2021). Salah satu kasus bunuh diri yang mendominasi pencarian di google sekitar tahun 2018 adalah DJ Avicii. Musisi yang berusia 28 tahun itu ketahui meninggal dunia di sebuah hotel di Oman. DJ Avicii meninggal karena keracunan setelah mengonsumsi gabungan kokain, fentanil dan etanol. Hal ini dikarenakan sepanjang hidupnya ia berjuang keras dengan stress dan depresi (CNN, 2018).



Gambar 1.1 Data Jumlah Orang dengan Gangguan Kesehatan Mental dari 1990-2019 di Indonesia (Dattani et al., 2021)

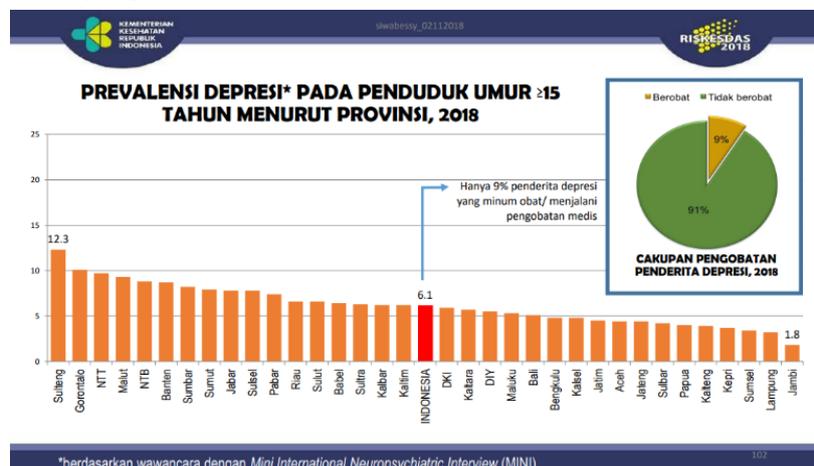
Masyarakat Indonesia tidak luput dari gangguan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental atau gangguan jiwa merupakan penyakit yang mempengaruhi perilaku, emosi serta cara pikir penderitanya. Jenis gangguan kesehatan mental yang paling sering terjadi diantaranya depresi, skizofrenia, gangguan kecemasan, gangguan bipolar, dan gangguan tidur, (Alodokter, 2022). Berdasarkan data diatas, kita dapat melihat bahwa jumlah orang dengan gangguan kesehatan mental di Indonesia semakin meningkat. Dari tahun 1999 sampai tahun 2019 jumlahnya naik sekitar 43%. Selain itu, terdapat data dari Riset Kesehatan Dasar atau Riskeddas (dalam Nugroho dkk., 2022) menunjukkan jumlah total kasus gangguan mental emosional pada penduduk berusia 15 tahun keatas dengan gejala kecemasan dan juga depresi mencapai 6.1% dari jumlah penduduk di Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Hal ini menjadi peringatan dan tantangan bagi Indonesia untuk lebih memperhatikan kesehatan mental masyarakatnya.



Gambar 1.2 Prevalensi gangguan jiwa dan penyalahgunaan zat, Indonesia, 2019 (Dattani, 2021)

Gangguan kesehatan mental yang paling mendominasi di Indonesia adalah *anxiety disorders* atau gangguan kecemasan dan juga depresi. Berdasarkan data dari Global Burden Disease di tahun 2019, di Indonesia gangguan kecemasan berada pada 3.7% dengan tingkat usia paling banyak dialami pada usia 15-49 tahun. Adapun usia yang paling banyak mengalami depresi berada pada 2.52% yaitu usia 50-69 tahun. Selain itu, data menunjukkan penderita bipolar berada pada 0.34% dengan rentang usia paling banyak didominasi oleh 15-69 tahun. Sedangkan Skizofrenia sekitar 0.31% dengan rentang usia paling mendominasi yaitu 15-49 tahun.

Salah satu kasus percobaan bunuh diri di Indonesia akibat gangguan kesehatan mental terjadi di tahun 2021, seorang remaja berusia 16 tahun di Jakarta Selatan berinisial MI hendak bunuh diri. Berdasarkan sumber, MI mencoba bunuh diri karena merasa depresi. Terdapat fakta juga bahwa remaja ini mengidap skizofrenia (CNN, 2021). Selain itu, akhir-akhir ini di Indonesia sedang maraknya kasus bunuh diri yang dilakukan oleh pelajar. Salah satu kasusnya yaitu terjadi pada tahun 2021, seorang mahasiswi di sebuah perguruan tinggi swasta di Yogyakarta yang bunuh diri dikarenakan stress akibat mengalami tekanan tugas kuliah dan juga ada mata kuliah yang dirasa berat (CNN, 2021).



Gambar 1.3 Data Pengobatan Penderita Depresi (Risksedas dalam ahdiyat, 2019)

Salah satu bidang kesehatan masyarakat yang paling terabaikan adalah kesehatan mental (Anisah A L, 2020). Pada gambar 1.3 kita dapat melihat bahwa di Indonesia hanya 9% penderita depresi yang menjalani pengobatan medis atau minum obat, sisanya sekitar 91% tidak berobat. Menurut website kesehatan Halodoc (2020) ada beberapa alasan yang membuat

seseorang yang mengalami masalah mental enggan untuk mencari bantuan ke psikolog diantaranya masih beranggapan bahwa masalah psikis tabu untuk dibicarakan, kurangnya pengetahuan, tidak mendapatkan dukungan, sulit percaya pada orang lain, tidak memiliki banyak waktu dan tenaga untuk menjalani terapi, kurangnya tenaga profesional, takut akan dampaknya, dan tidak merasa butuh pertolongan saat ini. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan (Novianty, 2017) menunjukkan bahwa literasi publik terkait kesehatan mental masih tergolong rendah, hal ini ditandai dengan rendahnya pengenalan terkait gangguan mental, keyakinan akan penyebab yang masih menekankan pada tekanan hidup sehari-hari atau faktor sosial, sampai dengan tipe rujukan terkait pertolongan informal.

Para pengidap gangguan kesehatan mental memiliki informasi privasi yang dapat mereka ungkapkan atau sembunyikan dengan tujuan tertentu. Ketika mereka mengungkapkan informasi privasi tersebut kepada orang lain maka informasi tersebut menjadi informasi milik bersama. Pengungkapan diri pengidap gangguan kesehatan mental penting untuk dilakukan demi mempercepat pengobatan dan menghindari efek negatif yang ditimbulkan seperti bunuh diri atau menyakiti diri sendiri seperti yang telah di paparkan sebelumnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Chikmah (2020) menunjukkan bahwa remaja pengidap gangguan kesehatan mental cenderung melakukan pengungkapan diri mengenai gangguan kesehatan mental kepada teman dekatnya terlebih dahulu dibandingkan dengan orang tuanya. Hal ini dilakukan karena telah mengenal nilai-nilai atau kepercayaan satu sama lain antara penyintas dengan teman dekatnya sehingga penolakan tidak dikhawatirkan terjadi. Serta tujuan para informan melakukan pengungkapan diri ialah untuk mendapatkan dukungan emosional serta membagi tekanan batin yang dirasakan.

Berdasarkan data sebelumnya, gangguan kesehatan mental merupakan suatu hal yang belum banyak di pahami oleh masyarakat. Menurut Chikmah (2020) di Indonesia masalah kesehatan mental erat kaitannya dengan stigma negatif sehingga menyebabkan para penyintas terlambat mendapatkan pertolongan. Hal ini tidak lepas dari kurangnya kesadaran serta pemahaman masyarakat tentang gangguan kesehatan mental. Adanya kepercayaan atau mitos terkait penyebab penyakit mental yang beredar di masyarakat seperti gangguan dari roh jahat, tuduhan akibat guna-guna, hukuman atas dosa yang dilakukan, atau kutukan (Choresyo et al., 2015) membuat para pengidap gangguan kesehatan mental memiliki banyak pertimbangan untuk melakukan keterbukaan diri terkait masalah kesehatan mental yang sedang dialami.

Saat ingin melakukan pengungkapan diri, seseorang mengelola informasi pribadinya sendiri. Orang yang menghadapi trauma seperti HIV/AIDS, pelecehan seksual, atau penyakit lainnya menegaskan bahwa mereka menerima keuntungan dari mengungkapkan perasaan (Petronio, 2002; Derlega & Barbee, 1998; Pannebaker, 1995). Menurut Johnson (dalam Petronio, 2002) menyatakan bahwa kami dapat meningkatkan kontrol sosial, menguji kebenaran perspektif kita, dan keintiman meningkat dengan hubungan dengan orang yang kita percaya ketika melakukan pengungkapan. Menurut Petronio (2002) keseimbangan antara privasi dengan pengungkapan memiliki arti yang sangat penting untuk cara mengelola hubungan kita. Sehingga manajemen privasi juga menjadi hal penting untuk dilakukan. Teori yang membahas tentang manajemen privasi yaitu teori *communication privacy management*. Pada teori *communication privacy management* atau CPM menganggap bahwa pengungkapan privasi berifat dialektis, yang artinya seseorang membuat pilihan tentang menyembunyikan atau mengungkapkan informasi pribadi yang didasarkan pada kriteria dan kondisi mereka, serta individu secara mendasar percaya bahwa mereka memiliki hak untuk mengatur akses ke informasi pribadi mereka (Petronio, 2002). Secara keseluruhan, teori CPM ini dibangun untuk mengatasi cara orang mengelola informasi pribadi mereka dari perspektif komunikatif (Petronio, 2002). Untuk mengelola pengungkapan dan penerimaan informasi privasi, individu membangun sebuah batas metaforis untuk meminimalisir keinginan muka dan sebagai sarana perlindungan. Individu akan menggunakan seperangkat aturan atau kriteria tertentu untuk mengontrol batas dan juga mengatur aliran informasi privasi ke dan dari orang lain (Petronio, 1991). Inti dari teori *Communication Privacy Management* adalah ketika ada kerjasama dan anggapan bahwa informasi tersebut dilindungi sesuai dengan keinginan pemilik informasinya (Petronio, 2002).

Penelitian ini menggunakan teori CPM untuk mengetahui manajemen privasi generasi Z pengidap gangguan kesehatan mental. Peneliti memilih Generasi Z pengidap gangguan kesehatan mental sebagai subjek penelitian karena menurut Egsaugm (2020) remaja berusia sekitar 15-24 tahun memiliki persentase depresi sebesar 6,2%. Penderita depresi cenderung untuk menyakiti diri sendiri sampai bunuh diri dan terdapat kasus bunuh diri setiap satu jam di Indonesia. Menurut ahli *suciodologist* di Indonesia terdapat data persentase siswa yang pernah berpikir untuk bunuh diri sekitar 4,2% dan 6,9% dikalangan mahasiswa mempunyai niatan untuk melakukan bunuh diri sedangkan 3% lainnya pernah mencoba melakukan tindakan bunuh diri. Selain itu, terdapat survei baru yang dilakukan oleh Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) dan Universitas Gajah Mada yang saling bekerja sama

dalam mengukur gangguan mental di Indonesia pada remaja sekitar 10 – 17 tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa 15,5 juta remaja memiliki masalah kesehatan mental dan 2,45 juta remaja memiliki gangguan mental pada 12 bulan terakhir. Hasil ini didapatkan melalui pengumpulan data dari tahun 2021 lalu, mereka telah melakukan *interview* kepada 5.664 remaja di Indonesia dengan usia 10 – 17 tahun. Para remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental sesuai dengan *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorder* Edisi Kelima (DSM-5) yang mana ini adalah pedoman penegakan diagnosis gangguan jiwa yang berlaku secara internasional termasuk Indonesia (CNN, 2022).

Penelitian ini dilakukan karena ingin melanjutkan penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Chikmah ditahun 2020 yang berjudul “Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) Oleh Remaja Dengan Masalah Kesehatan Mental”. Merujuk pada penelitian sebelumnya fokus pada penelitian ini yaitu peneliti ingin menggali bagaimana pengelolaan privasi yang dilakukan oleh Generasi Z terkait gangguan kesehatan mental yang dialami. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti 6 dari 8 Generasi Z normal menyatakan bahwa gangguan kesehatan mental yang dialami termasuk dalam informasi privat, sehingga informasi privat terkait gangguan kesehatan mental perlu dikelola dengan baik.

Selain itu, penelitian ini penting untuk dilakukan karena semakin meningkatnya remaja pengidap gangguan kesehatan mental. Generasi Z pengidap gangguan kesehatan mental perlu mengontrol informasi privasinya apalagi terkait gangguan yang diderita untuk menghindari penyebaran informasi privasi yang berdampak pada kerentanan mereka sendiri (Petronio, dalam Saidah, 2021). Gangguan kesehatan mental menjadi masalah yang serius apabila tidak dilakukan tindakan yang tepat, dengan melakukan ketebukaan diri para penyintas telah menerima diri mereka dan ingin mendapatkan dukungan. Para penyintas melakukan hal tersebut dengan cara memilih informasi apa saja dapat dibagikan kepada orang lain, dengan mempertimbangkan berbagai batasan-batasan yang dimiliki. Dalam berbagi informasi terkait gangguan kesehatan mental yang dialami tidak mudah untuk para penyintas menyampaikan hal tersebut dikarenakan banyak stigma negatif yang beredar di masyarakat dan kurangnya pengetahuan sehingga mengungkapkan informasi tersebut butuh sebuah keberanian dan keyakinan atau kepercayaan kepada penerima informasi. Selain itu, penelitian mengenai manajemen privasi komunikasi pengidap gangguan kesehatan mental masih terbilang sedikit. Sehingga penelitian ini penting untuk dilakukan.

## 1.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk merumuskan skema Generasi Z dalam manajemen privasi mereka mengenai gangguan kesehatan mental yang dialami.

## 1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, maka penelitian ini dijabarkan menjadi sebuah pertanyaan yaitu “Bagaimana manajemen privasi Generasi Z terkait gangguan kesehatan mental yang dialami?”

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan referensi dalam ranah ilmu pendidikan yaitu tentang manajemen privasi Generasi Z mengenai gangguan kesehatan mental yang dialami.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi Generasi Z dalam mengelola informasi pribadinya. Selain itu, dapat menambah wawasan dan menghilangkan stigma negatif di masyarakat mengenai gangguan kesehatan mental.

## 1.5 Waktu dan Periode Penelitian

Periode pelaksanaan penelitian dilakukan dari bulan September 2022 – Mei 2023. Lokasi penelitian yang dipilih peneliti ialah media sosial dan beberapa tempat di Bandung, peneliti mencari informan melalui media sosial kemudian diwawancarai menggunakan *Video Conference (Zoom)* dan pertemuan langsung (*offline*).

No	Tahapan	2022				2023				
		Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1	Diskusi terkait fenomena untuk dijadikan sebagai topik penelitian									
2	Proses Pengerjaan Bab I sampai dengan Bab III									

3	Desk Evaluation (DE)									
4	Proses Pengumpulan Data									
5	Mengolah dan Menganalisis Data									
6	Skripsi									

Tabel 1.1 Periode Penelitian (Sumber: Olahan Peneliti)