

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Fenomena gangguan kesehatan mental (*mental illness*) mengalami peningkatan yang signifikan di berbagai negara, dimulai pada tahun 2019 ketika COVID-19 terjadi. Hal ini sejalan dengan pernyataan *World Health Organization* (WHO), bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental terutama gangguan kesehatan mental kategori depresi (*depressive disorders*) dan kecemasan (*anxiety disorders*) meningkat sebesar 25% dalam tingkat global pada tahun pertama pandemi. Adapun faktor-faktor seperti tingginya tekanan hidup modern, ketidakpastian ekonomi, dampak penggunaan teknologi dan media, hingga stigma menjadi faktor penyebab kemunculan gangguan kesehatan mental. Faktor tersebut dapat memperburuk situasi yang berdampak negatif pada upaya penyembuhan individu dengan gangguan kesehatan mental. Riset *Global Mental Health Statistic* oleh Children's Hope Chest, memaparkan angka kematian akibat *mental illness* mencapai 14.3% atau sekitar 8 juta kematian setiap tahunnya, kasus bunuh diri akibat dari *mental illness* menjadi penyebab kematian nomor empat di antara individu berusia 15-29 tahun. Peningkatan gangguan kesehatan mental (*mental illness*) didominasi oleh Generasi Z. Menurut survei *State of Gen Z Mental Health 2022* yang dilakukan oleh Harmony Healthcare IT, sebanyak 42% Generasi Z didiagnosa mengalami gangguan pada kesehatan mental dan rata-rata generasi Z membayar \$44 atau sekitar Rp690.000 untuk pengobatan kesehatan mentalnya.

Hasil survei global yang dilakukan oleh McKinsey Health Institute pada tahun 2023 (Gambar 1.1) terhadap 41.960 responden di 26 negara dunia, menunjukkan bahwa *mental illness* atau gangguan kesehatan mental didominasi oleh Generasi Z (18-24), responden Generasi Z mengatakan bahwa kesehatan mental mereka buruk bahkan sangat buruk dibandingkan dengan dimensi kategori kesehatan lainnya, sedangkan generasi lainnya seperti Generasi X dan *Baby Boomers* mendominasi kategori masalah kesehatan fisik lalu diikuti dengan kategori kesehatan sosial dan kesehatan mental. Adapun perkiraan jumlah orang seluruh dunia yang tercatat menderita gangguan kesehatan mental melalui survei yang dilakukan oleh *Our World in Data: Estimated Prevalence vs. Burden of Mental Illnesses in 2019* baik yang terdiagnosa maupun tidak, sesuai dengan survei yang representatif, data medis, dan pemodelan statistik. Hal ini ditunjukkan dengan perkiraan jumlah tahun hidup yang disesuaikan dengan kecacatan (*disability-adjusted life years/DALYs*)/100.000 individu.



Gambar 1.1 Intergenerational Comparison of Health Problems

Sumber: McKinsey Health Institute, 2023

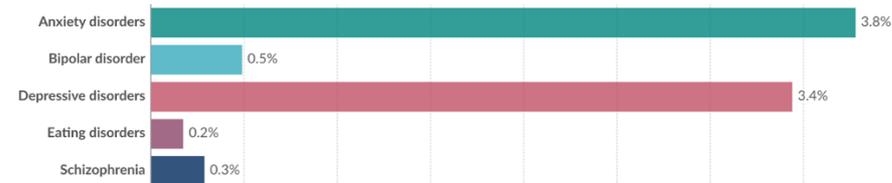
Pada hasil survei *Estimated Prevalence vs. Burden of Mental Illnesses* yang dilakukan *Our World in Data* pada tahun 2019 (Gambar 1.2) dapat dikatakan bahwa tiga teratas gangguan kesehatan mental yang terdiagnosa dan paling banyak dialami oleh beberapa masyarakat di seluruh dunia adalah gangguan kecemasan (*anxiety disorders*), gangguan bipolar (*bipolar disorders*), dan gangguan depresi mayor (*depressive disorders*).

Estimated prevalence vs. burden of mental illnesses, 2019

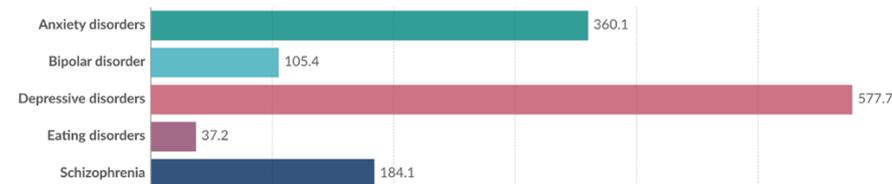


Estimated share of people worldwide with each mental illness, whether or not they were diagnosed, based on representative surveys, medical data and statistical modelling. This is shown against the estimated number of disability-adjusted life years (DALYs)¹ per 100,000 people.

Prevalence (share of population)



DALYs (rate)



Data source: IHME, Global Burden of Disease (2019)

OurWorldInData.org/mental-health | CC BY

1. Disability-adjusted life years: Disability-adjusted life years (DALYs) measure the total burden of disease – both from years of life lost due to premature death and years lived with a disability. One DALY equals one year of healthy life. Learn more about how the burden of disease is measured in our article.

Gambar 1.2 Estimated Prevalence vs. Burden of Mental Illnesses

Sumber: Our World in Data, 2019

CHINA

China's Gen Z mental health crisis emerges in disturbing jump in suicide rate amid intense academic pressure

BY YIHUI XIE, XIAO ZIBANG AND BLOOMBERG
July 6, 2023 at 10:41 PM GMT+7



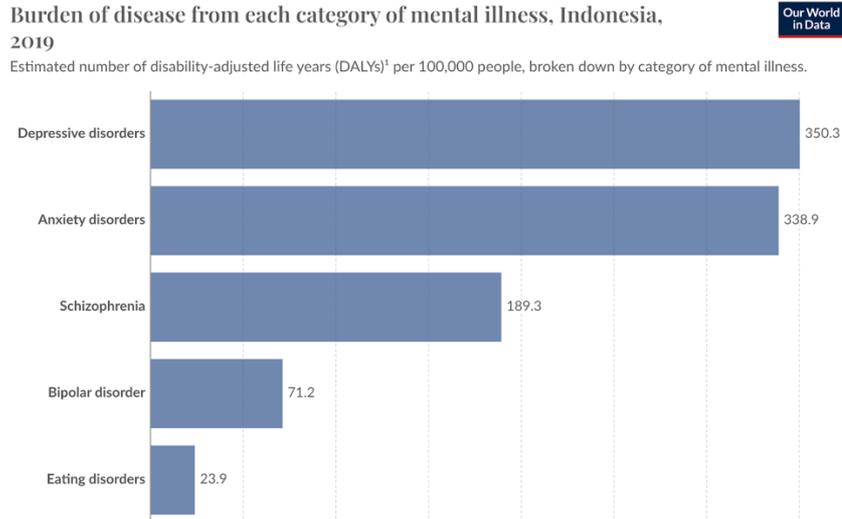
The Chinese youth are not well.
GETTY IMAGES

Gambar 1.3 *China's Gen Z Mental Health Crisis*

Sumber: Fortune, 2023

Salah satu kasus berita terkait *mental illness* dalam ranah global adalah kasus krisis kesehatan mental Generasi Z di China. Dilansir dari Portal Berita Online Fortune, memaparkan bahwa tingginya angka resiko bunuh diri di kalangan anak-anak dan remaja di China adalah akibat persaingan yang ketat di bidang akademi yang mempengaruhi kesehatan mentalnya. Dalam artikel berita ini juga dipaparkan data Survei Nasional China 2022 bahwa setengah dari populasi orang yang menderita gangguan depresi adalah pelajar. Pada awal tahun 2023, China diramaikan dengan kasus Hu Xinyu seorang siswa sekolah asrama berusia 15 tahun yang melakukan bunuh diri, sebelum bunuh diri Hu Xinyu sempat mengungkapkan kekhawatirannya tentang nilai-nilainya di sekolah.

Fenomena gangguan kesehatan mental kian meningkat dari tahun ke tahun di berbagai negara, termasuk di Indonesia. Peningkatan jumlah gangguan kesehatan mental di Indonesia meningkat sejak 30 tahun terakhir. Dalam artikel global *Mental Health in Asia: The Numbers*, sekitar 19% anak muda di Indonesia pernah memiliki keinginan untuk bunuh diri dan 45% diantaranya mengaku pernah melukai diri sendiri (*self-harm*). Menurut hasil survei *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*, 1 dari 3 orang remaja di Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental. Menurut survei oleh Data Indonesia terkait gangguan kesehatan mental antargenerasi, gangguan kesehatan mental (*mental illness*) didominasi oleh Generasi Z. Namun individu yang melakukan konsultasi dengan ahli masih terbilang cukup rendah. Tercatat hanya 24.4% dari keseluruhan yang sudah melakukan konsultasi dan pengobatan.



Gambar 1.4 Burden of Disease from Each Category of Mental Illness

Sumber: Our World in Data, 2019

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh *Our World in Data* mengenai beban penyakit dari setiap kategori penyakit mental di Indonesia pada tahun 2019 menunjukkan hasil bahwa *depressive disorders* atau depresi berada di urutan pertama, kemudian *anxiety disorders* urutan kedua, serta pada urutan ketiga, keempat, dan kelima adalah *schizophrenia*, *bipolar disorders*, dan *eating disorders*. Sesuai dengan data yang telah dipaparkan sebelumnya bahwa Generasi Z merupakan generasi yang mendominasi tingginya angka gangguan kesehatan mental secara keseluruhan. Berikut merupakan survei prevalensi kategori gangguan kesehatan mental berdasarkan usia.

Tabel 1.1 Prevalensi Kategori Kesehatan Mental di Indonesia Berdasarkan Usia

Category	5-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49
Depressive D.	0.3%	1.7%	2.4%	2.7%	3.0%	3.4%	3.9%	4.1%
Anxiety D.	2.0%	3.9%	4.3%	4.4%	4.5%	4.6%	4.6%	4.6%
Schizophrenia	0.01%	0.08%	0.28%	0.47%	0.56%	0.60%	0.59%	0.55%
Bipolar D.	0.04%	0.31%	0.44%	0.47%	0.47%	0.48%	0.49%	0.51%
Eating D.	0.04%	0.21%	0.26%	0.27%	0.28%	0.22%	0.11%	0.05%

Sumber: Our World in Data, 2019

Salah satu kasus berita terkait gangguan kesehatan mental di Indonesia adalah kasus bunuh diri Mahasiswa Universitas Gadjah Mada (UGM). Dilansir dari Portal Berita Online Tempo, mahasiswa berinisial TSR meninggal dunia akibat terjatuh dari lantai 11 sebuah hotel. Kapolsek Bulaksumur membuat kesimpulan bahwa TSR melakukan bunuh diri, karena polisi tidak menemukan motif dan keterlibatan orang lain. Dalam penyidikan, polisi menemukan surat hasil terkait pemeriksaan psikologis TSR yang menunjukkan bahwa kondisi mental dan psikologis TSR memang terganggu. Selain itu, ada pula kasus berita terkait gangguan kesehatan mental lainnya di Indonesia yaitu kasus percobaan bunuh diri Mahasiswa UIN KHAS Jember. Dilansir dari Portal Berita Online Kompas, IS seorang Mahasiswa UIN KHAS Jember melakukan percobaan bunuh diri di kamarnya. Hal tersebut diduga karena IS mengalami gangguan kesehatan mental yaitu kekhawatiran berlebih terkait banyaknya tugas kuliah dan kegiatan organisasi di kampusnya. IS merasa tidak cukup maksimal dalam melakukan tanggung jawabnya, IS bahkan sempat bercerita terkait percobaan bunuh diri yang akan ia lakukan, namun berdasarkan pernyataan dalam berita tersebut ucapan IS tidak ditanggapi secara serius karena dinilai sedang bergurau.

Berdasarkan paparan fenomena dan kasus berita, dapat dikatakan bahwa Generasi Z rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Hal tersebut terjadi karena Generasi Z hidup dengan tantangan yang lebih tinggi dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan adanya dampak dari penggunaan teknologi dan media sosial yang menjadi salah satu penyebabnya. Selain itu, Generasi Z di tahun ini sudah mulai menghadapi tingkat stres di usia dewasa. Stres yang dialami kemungkinan sama dengan apa yang dirasakan dengan generasi sebelumnya. Namun, generasi sebelumnya tentu memiliki lebih banyak cara, sudut pandang, hingga perspektif dan pengalaman yang dapat mengatasi masalah dan perubahan. Mengutip dari artikel 'Halodoc: Mitos atau Fakta, Gen Z Memiliki Mental yang Lebih Lemah', lemahnya mental Generasi Z bukan semata-mata karena emosional tetapi Generasi Z merupakan generasi yang lebih sadar dan lebih terbuka tentang isu kesehatan mental dibandingkan dengan generasi lainnya. Selain itu, Generasi Z hidup di era modern dengan tuntutan dan tekanan tinggi. Tekanan lingkungan yang tinggi dapat dengan mudah mengganggu kesehatan mental. Hal tersebut dikarenakan lingkungan menjadi *support system*, ketika *support system* tidak membantu maka yang terjadi adalah gangguan yang bertambah buruk.

Pemaparan tentang tekanan dari lingkungan yang mampu memperburuk kondisi individu dengan gangguan kesehatan mental diperkuat dengan adanya pernyataan M. Adwin Luthfian N., S.Tr.Sos dalam Kemenkes: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, faktor lingkungan memiliki dampak yang signifikan, maka dari itu depresi akan semakin buruk dan meningkat apabila lingkungannya kurang baik. Ciri utama lingkungan yang kurang baik terhadap fenomena dan isu kesehatan mental adalah lingkungan yang masih memiliki banyak stigma dan diskriminasi terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental. Menurut Dr. Widea Rosi Desvita, Sp.Kj., sebagai Pemateri Fakultas Kedokteran Universitas Ahmad Dahlan dalam Materi Diskusi Panel Gangguan Jiwa dan Penguatan Psikoreligi, stigma pada individu dengan gangguan mental atau jiwa merupakan sebuah realitas, nyata, dan ditemui di tengah masyarakat awam hingga khusus. Adapun beberapa stigma terkait gangguan kesehatan mental yang diyakini oleh sebagian besar masyarakat diantaranya tidak memiliki iman yang kuat, gila, cari perhatian, kurang ibadah, hingga menganggap itu sebuah aib. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesadaran dan pemahaman masyarakat terkait isu kesehatan mental dinilai masih kurang. Kurangnya pemahaman menyebabkan stigma akan terus ada di lingkungan kehidupan bermasyarakat, tentunya akan mempengaruhi pandangan orang lain terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental serta hal tersebut mempengaruhi pada kelancaran pemulihannya.

Kuatnya stigma dan kurangnya pemahaman terhadap isu kesehatan mental akan memperburuk keadaan, terutama bagi individu yang terdiagnosa (Aprilla, 2024). Pada dasarnya stigma terdiri atas dua komponen yaitu stigma publik yang berasal dari pandangan masyarakat dan stigma pribadi yang berasal dari perasaan dan tindakan dari pemikiran individu itu sendiri (Rezky et al., 2021). Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, stigma publik dapat berupa ujaran atau pandangan negatif hingga diskriminasi. Sedangkan stigma pribadi dapat berupa perasaan tidak berguna bagi orang lain dan kecemasan yang berlebihan terhadap pandangan orang lain terhadap dirinya, dimana pada akhirnya individu dengan gangguan kesehatan mental cenderung menyembunyikan dirinya. Bukan hanya stigma dari masyarakat yang harus dihilangkan dan disesuaikan, tetapi stigma dari diri sendiri juga perlu untuk dibenahi. Namun terlepas dari menghilangkan stigma pribadi, stigma publik memang menjadi masalah yang paling utama dan menjadi penyebab kemunculan stigma pribadi.

Penuturan remaja yang mencoba bunuh diri saat SMP: 'Stigma kurang iman salah besar. Mereka tidak tahu betapa orang itu sudah berjuang'

Gambar 1.5 Berita Stigma Kesehatan Mental

Sumber: BBC News Indonesia, 2020

Portal Berita Online BBC News Indonesia (2020) melakukan wawancara dengan DN seorang penyintas bunuh diri akibat gangguan kesehatan mental. DN mengaku sudah tiga kali melakukan percobaan bunuh diri, namun mengurungkan niatnya karena masih merasa memiliki motivasi hidup dan masa depan. DN juga mengatakan bahwa pada saat menjalani pengobatan, ternyata keinginan bunuh diri muncul kembali karena adanya *trigger* atau pemicu oleh stigma masyarakat. Keluarga dan masyarakat menganggapnya gila hingga kurang iman, sehingga keinginan tersebut muncul kembali. Bantuan dari tenaga ahli membuat DN berhasil menjadi penyintas bunuh diri dan tentu membantu mengedukasi keluarga DN terkait pentingnya menjaga kesehatan mental. Stigma-stigma yang dilontarkan kepada individu dengan gangguan kesehatan mental terbilang sangat memprihatinkan, stigma tersebut menjadi pemicu individu dengan gangguan kesehatan mental engga mencari bantuan karena sudah mendapatkan diskriminasi sejak awal.

Dibalik banyaknya stigma negatif yang dilontarkan masyarakat kepada individu dengan gangguan kesehatan mental, tidak sedikit juga individu yang berhasil melewati dan berani untuk menghadapi stigma yang terbentuk di masyarakat. Keberanian individu yang diiringi dengan kepercayaan diri membuat mereka bebas dari belenggu stigma yang mana mereka menjadi penyintas (*survivor*) gangguan kesehatan mental. Sebagai *survivor*, tentunya peran mereka sangat dibutuhkan untuk membantu individu lain yang sedang berjuang melawan gangguan kesehatan mentalnya dan stigma negatif. Salah satu penyintas gangguan kesehatan mental di Indonesia adalah Yovania Asyifa dan Afina Syifa yang saat ini menjadi *founder* komunitas kesehatan mental.

Yovania Asyifa Jami: Mantan Pasien RSJ yang Tembus UI

Nico Amelia Sari 26/2/2023 05:10



Jadi Penyintas Bipolar dan ADHD, Afina Syifa Ungkap Tantangan yang Dialaminya

ARDELA NABILA - KAMIS, 29 SEPTEMBER 2022



Gambar 1.6 Berita Penyintas Gangguan Kesehatan Mental

Sumber: Media Indonesia dan Parapuan, 2023

Portal Berita Online Media Indonesia, menceritakan pengalaman Yovania dari mulai ia mengalami gangguan kesehatan mental. Dimulai dari perpisahan kedua orang tuanya, Yovania mulai merasakan gangguan kesehatan mental, namun Yovania belum menyadari hal tersebut. Kemudian, kesehatan mental Yovania kembali terusik ketika ia mengalami perundungan di sekolahnya, bahkan Yovania sampai mengalami halusinasi. Seiring berjalannya waktu, gangguan kesehatan mentalnya semakin parah dan keluarga menganggap hal tersebut diakibatkan oleh faktor spiritual, akhirnya Yovania melakukan ruqyah. Ketika proses ruqyah itu tidak memberikan hasil, barulah Yovania dibawa ke rumah sakit jiwa. Selama tiga bulan Yovania dirawat dan diberikan penanganan oleh ahli, sampai akhirnya perawatan tersebut memberikan dampak positif bagi diri Yovania. Yovania merasa bahwa pengobatannya tersebut meningkatkan kompetensi dirinya, hal itu dibuktikan oleh Yovania yang menjadi penyintas dan lulus dari Universitas Indonesia.

Selain itu, Portal Berita Online Parapuan juga menceritakan kisah Afina Syifa yang juga merupakan seorang penyintas gangguan kesehatan mental. Afina mengaku bahwa tantangan semakin berat karena ia menghadapi stigma yang bertubi-tubi dari masyarakat. Pada awal pemeriksaan, Afina merasa takut karena pengaruh stigma yang didapatkannya, namun setelah rutin melakukan pengobatan dan dikelilingi oleh orang yang berempati dan membantu Afina, ia merasa lebih terbuka dan menganggap bahwa akan ada proses dan hasil yang indah ketika kita damai dengan diri sendiri.

Stigma selalu dihubungkan dengan komunikasi, maka dapat dikatakan bahwa cara meredam dan juga menghadapi stigmatisasi dapat dilakukan dengan cara pendekatan komunikasi yang sesuai (Mustaqim, 2020). Dalam mengurangi dan menghadapi stigma, komunikasi dapat membantu membentuk sikap dan persepsi masyarakat di lingkungan sosial terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental. Persepsi dengan landasan kesadaran dan pemahaman yang tepat dapat membantu mengurangi ketidaktahuan dan stereotip yang mendasari stigma. Selain itu, ketepatan pendekatan komunikasi menjadi hal yang penting bagi individu dengan gangguan kesehatan mental, dengan penggunaan komunikasi dan tata bahasa yang tepat akan membantu menghindari peningkatan stigma.

Permasalahan komunikasi dalam kajian ini ada pada bagaimana cara komunikator sebagai pengirim pesan dapat mempengaruhi pola pikir, sudut pandang, sikap dan pilihan komunikasi dan satu solusi dari permasalahan tersebut adalah cara persuasi yang efektif dari komunikator, dimana fungsi persuasi disini adalah untuk mempengaruhi komunikasi (Candrasari & Naning, 2019). Ketepatan pendekatan komunikasi menjadi hal yang penting bagi individu dengan gangguan kesehatan mental karena dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Tentunya dibutuhkan pula pendekatan komunikasi yang sesuai untuk mengatasi dan mengurangi stigma. Hal tersebut dapat dilakukan dengan pendekatan atau sikap yang inklusif. Pendekatan inklusif dalam kehidupan bermasyarakat menekankan pada aspek penerimaan dan pemahaman terhadap perbedaan satu sama lain (Effendi, 2020). Sama halnya dengan sikap inklusif, memiliki makna yang serupa yaitu cara pandang seseorang terhadap perbedaan, dimana individu dengan sikap inklusif akan menempatkan dirinya pada sudut pandang orang lain untuk memahami suatu perbedaan dari berbagai sudut pandang. Pendekatan inklusif dapat memperkuat penerimaan hingga dorongan kesadaran pada masyarakat terhadap isu kesehatan mental.

Pendekatan pendidikan inklusif mayoritas diterapkan kepada anak berkebutuhan khusus (disabilitas) karena membantu dan menyokong semua anak tanpa memandang perbedaan kondisi fisik, emosi, hingga keterlambatan linguistik. Konsep dan pendekatan inklusif merupakan konsep yang menggambarkan penerimaan dan keterbukaan manusia. Inklusif juga menekankan sikap anti diskriminasi, keadilan, hingga mengubah sikap masyarakat yang hidup berdampingan dengan stigma. Adapun tujuan dari pendekatan inklusif ini adalah tidak lain untuk membangun lingkungan masyarakat yang inklusif.

Masyarakat inklusif yaitu lingkungan masyarakat yang saling menghormati dan menghargai satu sama lain tanpa memandang perbedaan, masyarakat yang terbuka, dan masyarakat yang mampu berpikir secara kritis terhadap perbedaan latar belakang, budaya, agama, suku, dan lain hal sebagainya termasuk dalam kondisi mental dan fisik individu. Dalam penelitian ini juga pendekatan inklusif dilakukan oleh para komunitas yang *aware* akan isu kesehatan mental terhadap penyintas. Dengan demikian, penggerak dalam komunitas mengetahui strategi yang digunakan sesuai dengan informasi yang didapatkan melalui informasi kunci dari penyintas, sehingga strategi untuk menghadapi stigma bagi penyandang atau individu dengan gangguan kesehatan mental akan efektif dan sesuai dengan kebutuhan.

Penelitian ini tentunya memiliki pedoman dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang tentunya berkaitan dengan ‘Strategi Komunikasi Persuasif dalam Menghadapi Stigma Kesehatan Mental Menggunakan Pendekatan Inklusif’. Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sarah Bryna Grace, Ade Gandha Kurnia Tandra dan Mary pada tahun 2020 dalam penelitiannya yang berjudul “Komunikasi Efektif dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental” yang membahas tentang tingkat literasi kesehatan mental anak muda di Jabodetabek, karena edukasi mengenai kesehatan mental di Indonesia dinilai masih sangat kurang mendapat perhatian dari masyarakat, terlebih lagi mayoritas masyarakat hanya mengutamakan kategori kesehatan fisik dibandingkan yang lainnya. Penelitian ini berfokus pada strategi komunikasi efektif yang dilakukan oleh komunitas *Into The Light* di Instagram. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan angka literasi kesehatan mental dipengaruhi oleh strategi komunikasi yang efektif. Hal tersebut ditandai dengan *interest* masyarakat terhadap isu kesehatan mental (Grace et al., 2020).

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Agnes Nugrawati Salim, Atalya Debora, Farica Tanojo, Sriana Sihombing, Sylvia Dewi Surya Ganda, dan Weny Savitry SP., pada tahun 2021 dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Psikoedukasi terhadap Pengetahuan Inklusivitas pada Anak-Anak di Yayasan Panti Asuhan Z” yang membahas tentang fenomena stigmatisasi yang tidak disadari di kalangan anak-anak. Penelitian ini berfokus pada psikoedukasi dengan pedoman dan landasan pentingnya isu kesehatan mental dengan pendekatan inklusivitas. Hasil dari penelitian ini adalah adanya kontribusi psikoedukasi dalam menciptakan lingkungan masyarakat yang inklusif serta pendekatan inklusivitas dapat diterapkan dalam kegiatan dalam kehidupan sehari-hari (Nugrawati Salim et al., 2021).

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Fiqo Syafril Syaiful Hidayat dan Zahrotus Sa'idah pada tahun 2023 dalam penelitiannya yang berjudul "Strategi Komunikasi Persuasif dalam Menekan Stigma Negatif di Kawasan Lokalisasi Bong Suwung Yogyakarta" yang membahas tentang melekatnya stigma membuat hak-hak dari anak-anak tidak terealisasi hanya karena tinggal di kawasan waria dan PSK. Hasil dari penelitian ini adalah paguyuban menerapkan strategi komunikasi persuasif Robert Cialdini, dimana strategi tersebut memanfaatkan prinsip seperti komitmen, *reciprocity*, otoritas, bukti sosial dan kegemaran yang digunakan untuk menekan stigma dan fokus pada pencegahan dan penularan HIV/AIDS (Sa'idah et al., 2023)

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Natasha Astrid Constantin, Daniel Rawis, dan Naniek Novijanti Setijadi pada tahun 2023 dalam penelitiannya yang berjudul "Komunikasi Kesehatan Mental Mahasiswa dan Peran Masyarakat Menanggapi Isu Kesehatan Mental" yang membahas tentang kurangnya perhatian serta wawasan isu kesehatan mental, dimana karena masyarakat sekitar yang kurang peka terhadap isu ini menyebabkan tingkat prevalensi meningkat serta membuat individu dengan gangguan kesehatan mental merasa dirinya terdiskriminasi dan tidak memiliki ruang yang aman untuk terbuka. Penelitian ini berfokus pada pentingnya peran masyarakat dalam kolaborasi untuk mengurangi tingkat prevalensi. Adapun hasil dari penelitian ini adalah peningkatan dari kesehatan mental dipengaruhi lingkungan sosial dan psikologis dari masing-masing individu. Komunikasi kesehatan berperan dalam pengaturan cara berkomunikasi agar pemulihan berjalan baik (Constantin et al., 2022)

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Nellis Novita Sari dan Nina Yuliana pada tahun 2023 dalam penelitiannya yang berjudul "Peran Komunikasi dalam Kesadaran Publik Mengenai Kesehatan Mental Seseorang" yang membahas tentang peningkatan angka prevalensi gangguan kesehatan mental, dimana banyak individu dengan gangguan kesehatan mental merasa kurang adanya dukungan dari lingkungan. Hasil dari penelitian ini adalah lingkungan menjadi faktor utama individu mengalami gangguan kesehatan mental. Faktor lingkungan dapat berupa interaksi dengan keluarga hingga teman dalam lingkungan sosial individu (Sari & Yuliana, 2023).

Penelitian terdahulu yang menjadi pedoman tidak hanya mengacu pada penelitian nasional, penelitian terdahulu yang bersifat internasional juga menjadi pedoman serta menjadi pembanding. Hal ini digunakan peneliti untuk membandingkan dan melihat perbedaan penelitian untuk dijadikan acuan dan landasan berpikir yang melihat dari sudut pandang yang berbeda.

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan Emma McGinty, Bernice Pescosolido, Alene Kennedy-Hendricks, dan Colleen L. Barry pada tahun 2018 dalam penelitiannya yang berjudul “*Communication Strategies to Counter Stigma and Improve Mental Illness and Substance Use Disorder Policy*”. Dalam penelitian ini hasil yang didapatkan dari penggunaan strategi yang tepat dalam menyambungkan kesehatan mental dengan lingkungan sosial dapat memperbaiki sistem kesehatan mental dan menurunkan stigma yang beredar dan melekat di masyarakat. Upaya komunikasi dan strategi komunikasi yang digunakan juga harus fokus pada kebijakan tertentu misalnya norma sosial yang terkait untuk mengurangi dampak buruk (McGinty et al., 2018).

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Shazana Shahwan, Chong Min Janarius Goh, Gregory tee Hong Tan, Wei Jie Ong, Siow Ann Chong dan Mythily Subramaniam pada tahun 2022 dalam penelitiannya yang berjudul “*Strategies to Reduce Mental Illness Stigma: Perspectives of People with Lived Experience and Caregivers*” yang membahas tentang kampanye anti-stigma yang dilakukan oleh tenaga ahli hingga para profesional di bidang kesehatan mental dengan strategi efektif untuk memerangi stigma kesehatan mental. Strategi yang digunakan tentunya sejalan dengan pendekatan yang telah digunakan secara internasional untuk mengganggu proses berjalannya atau penyebaran stigma kesehatan mental (Shahwan et al., 2022).

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Anne-Dorte Latteck dan Dirk Bruland pada tahun 2020 dalam penelitiannya yang berjudul “*Inclusion of People with Intellectual Disabilities in Health Literacy: Lessons Learned from Three Participative Projects for Future Initiative*” yang membahas tentang masih banyaknya populasi penyandang *intellectual disabilities* yang belum berani menampakkan diri atau masih bersembunyi. Hal tersebut dapat dikendalikan dengan keterampilan komunikasi kritis yang disesuaikan dengan target sasaran. Apabila strategi komunikasi disesuaikan maka dapat mempengaruhi pemberdayaan kelompok dan mengurangi ketidaksetaraan Kesehatan (Latteck & Bruland, 2020).

Penelitian terdahulu yang sejenis juga dilakukan oleh Amy J. M., Judith Wright dan Nicola J. Reaveley pada tahun 2021 dalam penelitiannya yang berjudul “*Review of Australian Initiative to Reduce Stigma Towards People with Complex Mental Illness: What Exist and What Works?*” yang membahas tentang kekuatan dan kelemahan strategi Australia dalam mengurangi stigma terhadap individu dengan *mental illness*. Sebagian besar program yang dilakukan memiliki respon yang positif. Namun, strategi tersebut memiliki kelemahan atau kekurangan karena tidak semua komunitas dapat

menerimanya, perlu pendekatan inklusif yang berbeda sesuai dengan kebutuhan tiap *audience*. Dengan demikian, dalam paparan hasil penelitian ini disebutkan bahwa perlunya strategi dengan memikirkan komunitas yang beragam secara budaya, bahasa, hingga masyarakat adat untuk mengidentifikasi kebijakan dan mekanisme pendanaan yang diperlukan (Morgan et al., 2021)

Mengacu pada penelitian terdahulu terkait pentingnya memahami isu kesehatan mental serta mitigasi stigmatisasi, dapat dipaparkan urgensi dari penelitian ini yaitu untuk melihat pentingnya pendekatan inklusif pada peningkatan dalam menghadapi stigma kesehatan mental di masyarakat. Penelitian ini penting dilakukan karena peneliti menganalisis strategi komunikasi efektif yang merupakan peran utama untuk membantu menghadapi stigmatisasi kesehatan mental serta keterkaitannya dengan pendekatan inklusif. Dengan demikian, stigmatisasi terhadap isu kesehatan mental dapat berkurang dan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan masyarakat keseluruhan. Adapun keterbaruan dan perbedaan utama yang mendasar antara penelitian ini dengan penelitian lainnya khususnya penelitian luar negeri adalah konteks pendekatan inklusif terhadap budaya dan sosial, keyakinan dan norma-norma mempengaruhi persepsi masing-masing individu. Dengan demikian, pendekatan inklusif ini cukup baru dalam mitigasi stigma khususnya terhadap isu kesehatan mental, karena mayoritas pendekatan inklusif digunakan kepada penyandang disabilitas.

Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pengumpulan data sekunder menggunakan teknik studi pustaka serta observasi dan wawancara mendalam sebagai pengumpulan data primer. Kualitatif digunakan karena paparan hasil penelitian tidak menggunakan data statistik. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu fenomenologi, hal tersebut dikarenakan dalam pengumpulan data primer, peneliti akan berfokus pada bagaimana subjek menginterpretasi pengalaman mereka. Subjek penelitian dari penelitian ini adalah Generasi Z penyintas serta komunitas yang membantu menggerakkan isu terkait pentingnya kesehatan mental. Objek penelitian yang dipilih pada penelitian ini berfokus pada strategi komunikasi persuasif inklusif dapat mengatasi stigma isu kesehatan mental.

1.2. Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan fenomena dan penelitian terdahulu pada latar belakang, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut,

- a. Mengetahui peran komunikasi persuasif inklusif dalam meningkatkan kesadaran dan menciptakan lingkungan yang mendukung dalam memahami dan memaknai isu kesehatan mental.
- b. Menganalisis strategi komunikasi persuasif inklusif dapat membantu dalam menghadapi stigma dan memperkuat penerimaan masyarakat terhadap stigma dan individu yang mengalami masalah kesehatan mental.

1.3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan tujuan penelitian yang dilakukan, maka dapat dirumuskan bahwa penelitian ini akan lebih lanjut membahas secara mendalam rumusan masalah dan pembahasan terkait,

- a. Apa peran komunikasi persuasif inklusif dalam meningkatkan kesadaran dan menciptakan lingkungan yang mendukung dalam memahami dan memaknai isu kesehatan mental?
- b. Bagaimana strategi komunikasi persuasif inklusif dapat membantu dalam menghadapi stigma dan memperkuat penerimaan masyarakat terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental?

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Pemanfaatan teori komunikasi persuasif dan teori stigmatisasi sebagai strategi yang dikembangkan oleh Erving Goffman relevan untuk digunakan dalam penelitian terkait mitigasi stigma terhadap isu kesehatan mental. Strategi yang dilakukan dengan pendekatan inklusif memudahkan masyarakat dalam menerima edukasi sehingga muncul penerimaan dan kesadaran serta stigma terhadap isu kesehatan mental akan berkurang. Penelitian ini tentunya menghasilkan kerangka kerja baru yang digunakan sebagai panduan dalam merancang strategi komunikasi untuk mengatasi stigma kesehatan mental dengan pendekatan inklusif.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan bagi masyarakat terkait pentingnya isu kesehatan mental. Dengan demikian, masyarakat mengetahui langkah preventif dan promotif yang harus dilakukan dalam membantu pemulihan bagi individu dengan gangguan kesehatan mental. Dengan memahami pentingnya isu kesehatan mental, diharapkan masyarakat dapat membantu individu yang mengalami gangguan mental untuk merasa didengar, diterima, dan didukung oleh lingkungan sosialnya.

1.5. Waktu dan Lokasi Penelitian

1.5.1. Waktu Penelitian

Tabel 1.2 Waktu Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Minggu											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Eksplorasi	■	■										
2.	Asistensi		■	■									
3.	BAB I			■	■	■							
4.	Kajian Literatur					■	■	■	■				
5.	BAB II						■	■	■				
6.	BAB III							■	■				
7.	Sidang Proposal									■			
8.	BAB IV									■	■	■	■
9.	BAB V											■	■
10.	Sidang Tesis												■

Sumber: Olahan Peneliti, 2024

1.5.2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlangsung di Bandung, Jawa Barat. Pemilihan Jawa Barat sesuai dengan Sensus Penduduk BPS menduduki peringkat pertama dengan populasi didominasi oleh Generasi Z. Bandung dipilih karena berdasarkan hasil *screening* Dinas Kesehatan Kota Bandung, angka gangguan kesehatan mental remaja Generasi Z pada tahun 2022 mencapai 109.633 jiwa.