

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Gambaran Umum Objek Penelitian

Jenifer Elim merupakan content creator di platform media social Tiktok dengan focus pada Kesehatan mental atau konten-konten psikologi. Jenelim memiliki pengikut 360,4K followers dengan nama akun @BukanPsikologiTiktok.



**Gambar 1. 1 Profile Jenelim #BukanPsikologiTiktok**

Sumber: Tiktok

(Diakses pada tanggal 30 Oktober 2023)

Jennifer Elim menghasilkan konten yang luas dan beragam, mulai dari penjelasan tentang kondisi kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, hingga teknik-teknik manajemen stres dan perawatan diri. Jenelim menyajikan informasi dengan cara yang mudah dipahami, menggabungkan keterampilan komunikasi yang baik dengan pemahaman yang dalam tentang topik psikologi.

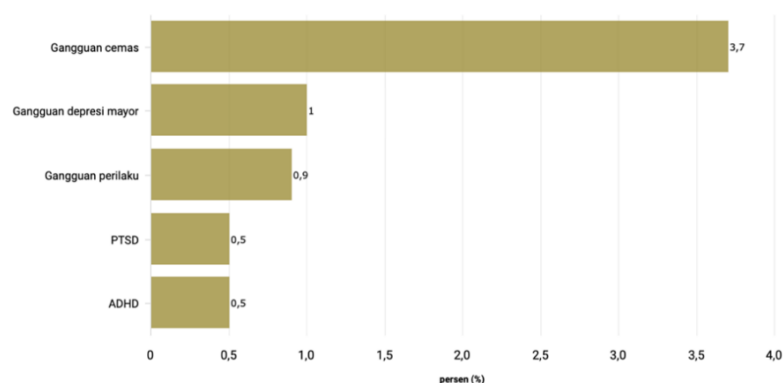
Konten Jennifer Elim terdiri dari rangkaian informasi yang bertujuan memberikan pemahaman mendalam tentang kondisi kesehatan mental, tips untuk menguraikan

gejala, penyebab, dan strategi penanganannya. Jenelim juga memberikan tips praktis atau teknik-teknik sederhana untuk meningkatkan kesehatan mental.

Jennifer Elim menggunakan berbagai pendekatan kreatif, seperti cerita, ilustrasi, video pendek, atau infografis, untuk menjelaskan topik kesehatan mental dengan cara yang menarik dan mudah dicerna. Jennifer Elim sebagai konten kreator tentang kesehatan mental mungkin menawarkan informasi yang terperinci dan terkini tentang topik tersebut sambil berusaha memecahkan stigma, memberikan dukungan, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental.

## 1.2 Latar Belakang

Kesehatan mental menjadi salah satu isu yang semakin mendesak di masyarakat Indonesia, khususnya kalangan remaja di Indonesia. Merujuk laporan Indonesia national adolescent mental health survei (I-NAMHS) ADA 15,5 juta jiwa yang memiliki gangguan Kesehatan mental. Melihat besarnya jumlah orang yang mengalami gangguan kesehatan mental di Indonesia, dengan 15,5 juta jiwa menurut pada laporan I-NAMHS, ini menjadi isu yang sangat serius. Namun, situasi ini tidak hanya di Indonesia saja. Beberapa negara juga memiliki tingkat kasus kesehatan mental mental yang sama, salah satunya india.



**Gambar 1. 2 Grafik Tingkat Kasus Kesehatan Mental**

Sumber: [databoks.katadata.co.id](http://databoks.katadata.co.id)

(Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023)

Menurut WHO regional Asia Pasifik (WHO SEARO), India memiliki tingkat kasus penyakit gangguan mental depresi yang tinggi, sedangkan Maladewa memiliki tingkat yang rendah. Di Indonesia, sekitar 3,7% dari populasi, atau sekitar 9.162.886 orang, menderita gangguan mental (Databooks, 2023) . Sayangnya, sebagian besar dari mereka, khususnya di negara-negara berkembang, tidak mendapatkan perawatan yang memadai, dengan sekitar 85% orang yang tidak mendapatkan perawatan intensif. Untuk mengatasi masalah ini, terutama di kalangan orang dewasa dan muda, diperlukan strategi komunikasi yang efektif. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah memanfaatkan jaringan media social (Kaplan & Haenlein , 2010)



**Gambar 1. 3 Artikel Tentang Bahaya Self-Diagnose pada Kesehatan Mental**

Sumber: [www.halodoc.com](http://www.halodoc.com)

(Diakses pada tanggal 25 juni 2024)

Self-diagnosis tau mendiagnosis diri sendiri berdasarkan informasi di internet, telah menjadi umum di era digital. Meskipun meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental, self-diagnosis bisa berbahaya. Informasi yang tidak akurat dapat menyebabkan salah pengertian dan pengobatan yang tidak tepat dan memperburuk kondisi mental. Selain itu, self-diagnosis bisa menambah kecemasan dan menghambat pencarian bantuan profesional yang diperlukan.



● Marak Fenomena Self Diagnose, Asal Tebak Gangguan Jiwa Lewat Informasi dari Internet

Tribunnews 12,7 jt subscriber

Subscribe

10

Bagikan

Terima kasih

#### Gambar 1. 4 Podcast Tentang Bahaya Self-Diagnose pada Kesehatan Mental

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=dBI36iJ-QGw>

(Diakses pada tanggal 25 juni 2024)

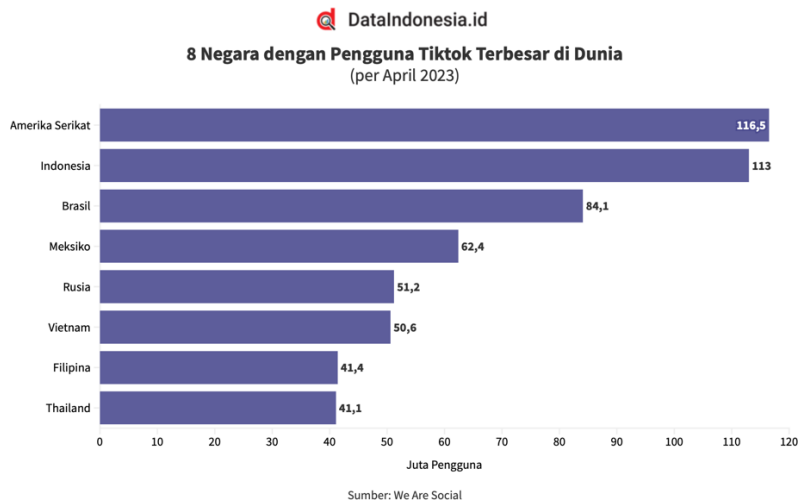
Self-diagnose dalam kesehatan mental merupakan fenomena yang semakin sering terjadi seiring dengan meningkatnya akses informasi melalui internet dan media sosial. Meskipun individu mungkin merasa terbantu dengan mengenali gejala yang mereka alami, self-diagnose sering kali membawa risiko besar, termasuk kesalahan diagnosis, overdiagnosis, dan potensi mengabaikan kebutuhan untuk mendapatkan bantuan profesional yang tepat. Kondisi ini tidak hanya dapat memperburuk keadaan mental seseorang, tetapi juga berkontribusi pada munculnya stigma dan misinformasi terkait kesehatan mental. Oleh karena itu, sangat penting untuk mendorong individu agar lebih bijak dalam mencari informasi dan selalu mengutamakan konsultasi dengan tenaga profesional untuk mendapatkan diagnosis dan perawatan yang akurat.

Penggunaan media sosial dalam beberapa tahun terakhir digunakan untuk

menyebarkan informasi tentang kesehatan mental telah meningkat secara signifikan. Akun-akun seperti @bukanpsikologitiktok telah menjadi sumber informasi yang penting bagi banyak orang, terutama generasi muda yang lebih akrab dengan platform digital. Akun-akun ini memberikan edukasi tentang berbagai aspek kesehatan mental, termasuk gejala gangguan mental, cara mengelola stres, dan pentingnya mencari bantuan profesional. Namun, kemudahan akses informasi ini juga menimbulkan tantangan baru, terutama terkait dengan fenomena self-diagnosis.

Fenomena self-diagnosis, di mana individu mendiagnosis dirinya sendiri berdasarkan informasi yang ditemukan di internet tanpa berkonsultasi dengan profesional, menjadi semakin umum. Dalam hal ini dapat berbahaya karena sering kali informasi yang ditemukan tidak lengkap atau tidak akurat, yang dapat menyebabkan kesalahan dalam menilai kondisi mental dan pengobatan yang tidak tepat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa self-diagnosis dapat memperburuk kondisi mental dan menghambat individu untuk mencari bantuan profesional yang sebenarnya mereka butuhkan.

Platform media sosial yang dimanfaatkan oleh para pembuat konten untuk menyampaikan pandangan atau aspirasi mereka yaitu TikTok. TikTok adalah salah satu media sosial yang sangat populer dengan lebih dari 1,46 miliar unduhan dari pengguna iOS dan Android. Laporan terbaru DataIndonesia.id pada bulan April 2023, Tiktok memiliki pangsa pasar yang besar, menduduki peringkat kedua dengan sekitar 113 juta pengguna. Pertumbuhan TikTok di Indonesia sangat positif, terbukti dengan jumlah pengguna yang tinggi. Oleh karena itu, TikTok telah menjadi saluran ekspresi yang digunakan oleh beragam usia, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Namun, perlu diperhatikan bahwa TikTok juga memiliki potensi sebagai wadah penyebaran konten negatif yang dapat memprovokasi tindakan kejahatan. Di sisi lain, TikTok juga berfungsi sebagai platform pembelajaran dan sumber informasi yang mudah diakses. Seiring berjalannya waktu, muncul semakin banyak content creator di TikTok dari berbagai usia dan latar belakang pekerjaan, yang menghasilkan variasi konten yang lebih beragam.



**Gambar 1. 5 Grafik Tingkat Pengguna Tiktok**

Sumber: DataIndonesia.id

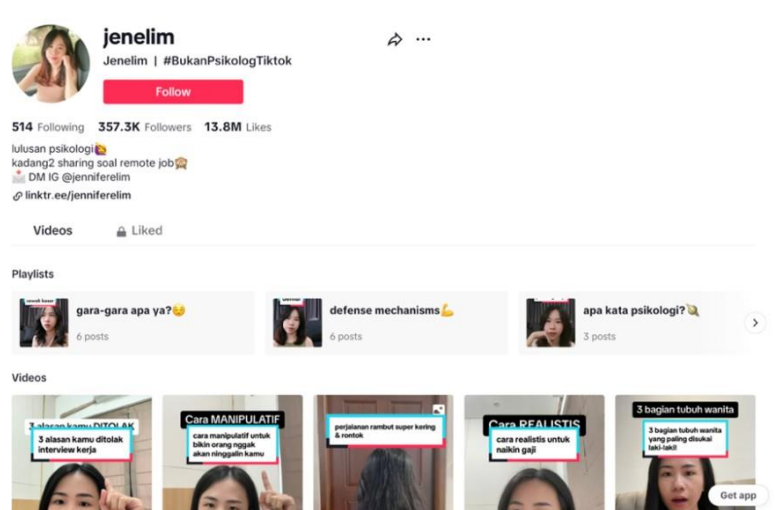
(Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023)

Tiktok juga dimanfaatkan sebagai penyebaran informasi mengenai Kesehatan. Pemanfaatan media sosial memiliki potensi yang signifikan dalam mempromosikan kesehatan dan intervensi kesehatan lainnya. Penggunaan media sosial mampu meningkatkan akses masyarakat terhadap informasi kesehatan serta mendorong perubahan perilaku yang mengarah kepada hal yang positif. Salah satu fokus promosi kesehatan melalui media sosial adalah aspek kesehatan mental.

Menurut Ortega & Navas (2017) Media sosial meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit, pencegahan, pemanfaatan layanan kesehatan, pengobatan yang lebih baik, dan juga menggalakkan partisipasi dalam pengambilan keputusan kesehatan.

Maka dari itu, tidak mengherankan melihat banyak individu dari berbagai kalangan khususnya para content creator yang membagikan edukasi terkait kesehatan mental di berbagai platform media sosial tersebut dalam durasi yang tidak terlalu panjang, seperti yang dilakukan oleh akun TikTok @BukanPsikologiTiktok dengan 357.3k followers dengan likes mencapai 13.8M. Dari akun tersebut, terdapat salah satu akun yang membuat peneliti tertarik untuk diteliti lebih lanjut. Akun tersebut merupakan, akun

dari seorang content creator dengan lulusan psikologi dengan jumlah followers yang lebih banyak yaitu sebesar 357.3K followers dengan julukan #BukanPsikologiTiktok.

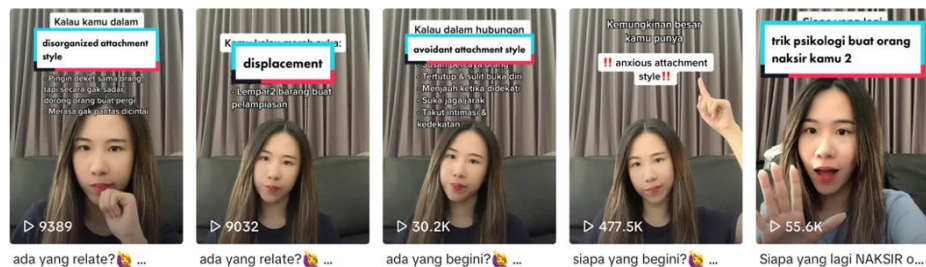


**Gambar 1. 6** Profie Jenelim #BukanPsikologiTiktok

Sumber: Dataindonesia.id

(Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023)

Akun tersebut merupakan, akun dari seorang content creator dengan jumlah followers sebesar 357.3k followers. Jenelim merupakan seorang content creator dengan lulusan psikologi yang sering kali membagikan konten tentang Kesehatan mental dan berbagai tips tentang psikologi. Dalam hal ini beberapa netizen ada yang pro dan kontra dalam beberapa konten kesehatan mental ini, ada yang terbantu dalam kontennya, namun ada juga yang self diagnose. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan 5 konten yang akan di teliti.



**Gambar 1. 7** Profie Jenelim #BukanPsikologiTiktok

Sumber: Dataindonesia.id

(Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023)

Indonesia National Adolescent Mental Health Survei atau yang disebut I-NAMHS, sudah melakukan survei Kesehatan mental nasional dan menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki gangguan mental. Angka ini setara dengan 15,5 juta. Remaja dalam kelompok ini adalah remaja yang terdiagnosis dengan gangguan mental sesuai dengan panduan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima (DSM-5) yang menjadi panduan penegakan diagnosis gangguan mental di Indonesia.

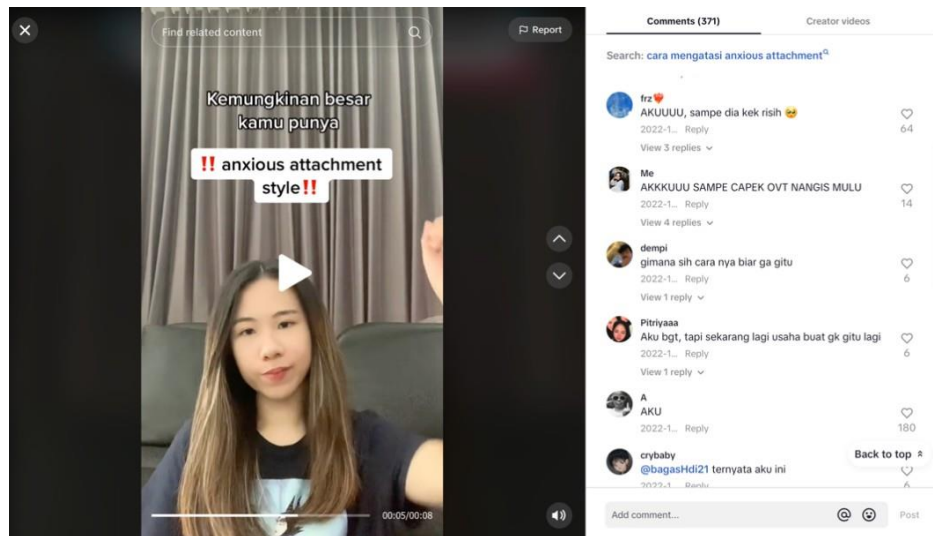
Generasi Z memiliki tingkat persepsi buruk terkait kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya. Berdasarkan hasil survei McKinsey Health Institute yang melibatkan 41.960 responden dari 26 negara, sekitar 18% dari generasi Z, yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, merasa bahwa kesehatan mental mereka dalam kondisi yang kurang baik. Persentase ini lebih tinggi dibandingkan dengan generasi milenial, di mana sekitar 13% dari mereka menganggap kesehatan mental mereka buruk. Sementara itu, persentase generasi X dan baby boomers yang merasa kondisi kesehatan mental mereka buruk adalah masing-masing sekitar 11% dan 4%. Tingginya tingkat persepsi buruk terkait kesehatan mental di kalangan Generasi Z mengundang perhatian terhadap tantangan yang mereka hadapi.

Hal ini mungkin terkait dengan tekanan sosial dan digital yang unik yang mereka hadapi, termasuk tekanan untuk memenuhi ekspektasi online dan persaingan yang kuat dalam lingkungan digital. 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.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti dalam kolom komentar yang ada di akun Jenelim #BukanPsikologiTiktok, terlihat bahwa terdapat berbagai tanggapan pro dan kontra terkait dengan konten yang dibuat oleh Jenelim. Beberapa orang merasa terbantu dengan adanya konten-konten tersebut, mungkin karena memberikan informasi atau dukungan emosional yang mereka butuhkan terkait kesehatan mental. Di sisi lain, ada netizen yang mungkin menggunakan kontennya



sebagai acuan untuk mendiagnosis masalah kesehatan mental mereka sendiri. Perlu diingat bahwa diagnosa masalah kesehatan mental seharusnya dilakukan oleh profesional kesehatan mental yang berlisensi, seperti psikolog atau psikiater. Penggunaan konten sosial media sebagai satu-satunya acuan untuk diagnosis dapat berisiko, karena bisa menjadi tidak akurat dan tidak menggantikan evaluasi dan perawatan yang sebenarnya. Berikut contoh komentar pada akun Tiktok @BukanPsikologiTiktok:



**Gambar 1. 8 Komentar Pada Konten Jenelim #BukanPsikologiTiktok**

Sumber: Dataindonesia.id

(Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023)

Selanjutnya peneliti melakukan observasi dengan melakukan wawancara pada narasumber yang memfollow akun @Jenelim #BukanPsikologiTiktok pada 15 Oktober 2023, dalam hal ini adanya 2 perbedaan pendapat yang peneliti dapatkan. Narasumber pertama bernama Farhan Faturachman (19) menyebutkan bahwa konten-konten tersebut menjadi pengingat untuk dirinya bahwa kesehatan mental hal yang penting dan jika muncul tanda-tanda yang sudah didukasikan beliau akan langsung ke psikologi untuk mengecek. Namun berbeda dengan Resti Dista (22) yang langsung

mengdiagnosa tanpa konsultasi kepada professional Kesehatan mental yang berlisensi, karena dalam konten tersebut menyebutkan ciri-ciri ‘’gangguan mental’’ dan menurut Resti cukup jelas penyakit mentalnya dan tidak perlu ke professional Kesehatan mental seperti psikologi. Menurut Supriyatman dan Nugroho (2019) bahwa makna resepsi melibatkan khalayak secara aktif, di mana penonton memiliki kemampuan untuk membangun dan mengubah makna dari konten media yang mereka saksikan.

Lalu merujuk dari penelitian yang membahas tentang Kesehatan mental yaitu ‘’Analisis Konten Kesehatan Mental pada Instagram Studio Djiwa’’ yang diteliti oleh Vania Enjelita Moenandar, Kunto Adi Wibowo dan Ikhsan Fuad. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa banyak orang yang menyadari potensi mereka terkena gangguan Kesehatan mental yang memungkinkan dalam kesehatan mental yang baik, Media sosial menjadi tempat berekspresi terhadap diri sendiri dan sarana edukasi tentang kesehatan mental dan bisa menjadi konten edukasi agar masyarakat lebih aware terhadap Kesehatan mental.

Namun dalam penlitian yang berjudul ‘’*Tiktok and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Cross-Sectional Study Of Social Media Content Quality*’’ yang diteliti oleh Anthony Yeung, Enoch, dan Ella Abi Jaoude. Dari hasil penelitian ini, lebih dari separuh ADHD yang merupakan salah satu gangguan Kesehatan mental ini populer di TikTok menyedatkan dan yang mengejutkan, terdapat lebih dari 2,8 juta penayangan per video dan setiap video dibagikan rata-rata 31.000 kali.

Puspha (2018) dalam penelitiannya mengatakan persepsi masyarakat mengenai kesehatan mental terbentuk melalui banyak hal, salah satunya adalah konten-konten dalam dunia maya. Masyarakat terbiasa melihat social media yang nantinya akan berdampak bagi kesehatan mental. Media memberikan efek kepada audiens yang melihatnya. Media sosial seperti Tiktok dapat memicu tingkat depresi terutama pada remaja berusia 13-17 tahun, dimana umur 13-17 masih rentan untuk membedakan mana yang baik dan buruk untuk diri mereka sendiri.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dalam konteks kesehatan mental. Konten Kesehatan mental yang disebarluaskan secara luas melalui platform media sosial dapat berpotensi membuka pikiran netizen terkait isu-isu kesehatan mental. Melalui pendekatan yang edukatif dan informatif, konten semacam itu dapat memberikan wawasan dan pengetahuan yang lebih baik terkait permasalahan kesehatan mental, memecahkan stigmatisasi, dan mendorong pembicaraan terbuka tentang masalah ini dalam masyarakat. Namun, perlu diwaspadai bahwa konten mental health yang tidak terverifikasi dengan baik dan tidak mendapat panduan dari profesional kesehatan mental dapat menyebabkan netizen cenderung melakukan self-diagnosa. Hal ini dapat berpotensi berbahaya karena dapat mengarah pada pemahaman yang salah tentang kondisi kesehatan mental mereka sendiri, penanganan yang tidak tepat, atau bahkan peningkatan kecemasan yang tidak perlu.

Pada penelitian sebelumnya belum ada penelitian tentang makna resepsi audiens terhadap konten mental health yang dibuat oleh kreator Kesehatan yang ada di tiktok, pada permasalahan ini masih banyak orang yang mengdiagnose sendiri tanpa datang ke profesional Kesehatan, Peneliti memilih Gen-Z sebagai narasumber karena Gen-Z merupakan generasi yang memiliki kecenderungan permasalahan kesehatan mental dari generasi lain, mereka berjuang mencari kesejahteraan psikologi ini disebabkan karena generasi ini mengalami tekanan hampir dua kali lipat dibanding generasi tua.

Teori yang akan digunakan sebagai dasar untuk mendukung penelitian ini adalah teori yang dikembangkan oleh Stuart Hall. Teori resepsi yang dikembangkan oleh Stuart Hall adalah teori komunikasi yang berfokus pada cara penerima pesan atau audiens menginterpretasikan pesan-pesan media. Teori ini menekankan pentingnya peran audiens dalam proses komunikasi. Maka dari itu dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk mendalami pemahaman tentang masalah tersebut. Adapun judul yang diteliti terkait '**Makna Resepsi Audiens terhadap Konten akun @BukanPsikologiTiktok Tentang Mental Health**'. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif dengan mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dokumentasi, triangulasi.

### **1.3 Perumusan masalah penelitian**

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya maka, rumusan masalah yang didapat adalah:

Apa pendapat audiens mengenai konten kesehatan mental yang diposting oleh akun @BukanPsikologiTikTok mengenai isu-isu kesehatan mental?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis pendapat audiens tentang konten kesehatan mental yang diposting oleh akun @BukanPsikologiTikTok mengenai isu-isu kesehatan mental.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah :

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini, diharapkan bahwa berbagai teori dan konsep yang telah diperoleh peneliti dapat diterapkan dan berkontribusi dalam ilmu komunikasi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya pemahaman dan pengetahuan di bidang ilmu komunikasi.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan bisa berfungsi sebagai panduan untuk penelitian-penelitian berikutnya yang masih relevan, dan diharapkan juga dapat menjadi literatur yang memperluas pemahaman para pembacanya.

### **1.6 Waktu dan Periode Penelitian**

Adapun waktu dan periode dalam penyusunan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

**Tabel 1. 1 Waktu dan Periode penelitian**

No	Tahapan Penelitian	Feb 2024	Mar 2023	Apr 2024	Mei 2024	Jun 2024	Jul 2024	Ags 2024
1	Informasi pra riset							
2	Perumusan masalah							
3	Pengumpulan data							
4	Pernyusunan Bab 1 – Bab 3							
5	Penyusunan dan revisi Bab 1 – Bab 3							
6	Pendaftaran Seminar Proposal							
7	Pelaksanaan Sidang seminar proposal							
8	Proses Wawancara dan pengumpulan data							
9	Penyusunan dan revisi Bab 4 – Bab 5							
10	Pendaftaran sidang Thesis							
11	Pelaksanaan sidang Thesis							
12	Revisi							
13	Pendaftaran sidang akademik							
14	Pelaksanaan sidang akademik							