

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan seseorang merupakan aspek yang sangat penting dan tidak hanya dilihat dari kesehatan fisik saja, kesehatan mental juga memiliki peran penting di dalamnya. Pengertian kesehatan mental menurut Dias (2006), yakni sangat dipengaruhi oleh budaya dimana seseorang individu tersebut tinggal seperti lingkungan, pergaulan, dan keluarga. Menurut *World Health Organization* (1990), menyatakan bahwa individu yang sehat secara mental adalah individu yang dapat menyadari setiap potensi yang ia miliki, mampu mengelola stres yang wajar, dapat bekerja secara produktif, serta mampu berperan dalam komunitasnya. Terganggu kesehatan mental pada seseorang membuatnya merasakan hal yang berbeda dan tidak lagi sama saat kesehatan mentalnya dalam keadaan baik dan sehat.

Berdasarkan data dari Indonesiare.co.id, gangguan mental diketahui mempengaruhi sekitar 19% populasi dewasa, 46% populasi remaja, dan 13% populasi anak di seluruh dunia dan dari data tersebut hanya separuh dari penderita gangguan mental yang menerima perawatan secara mumpuni. Menurut *International Metrics and Evaluation* (2016), banyaknya penduduk di dunia yang mengalami gangguan mental adalah sebanyak 1,1 miliar. Berdasarkan data survei yang dilakukan oleh *Global Burden of Disease* dari tahun 1990 hingga 2017, Indonesia termasuk ke dalam 6 negara yang dinyatakan memiliki tingkat masalah kesehatan mental paling tinggi dengan penderita sebanyak 27,3 juta orang. Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia terhadap 393 remaja berusia 17-25 tahun, sebanyak 95,4% menyatakan bahwa mereka pernah mengalami gejala kecemasan (anxiety), dan 88% pernah mengalami gejala depresi dalam menghadapi permasalahan selama di usia ini. Selain itu, dari seluruh responden,

sebanyak 96,4% menyatakan kurang memahami cara mengatasi stres akibat masalah yang sering mereka alami (theconversation.com, 2021).

Kota Bekasi merupakan salah satu kota di Jawa Barat yang menghadapi gangguan kesehatan mental dan jiwa. Berdasarkan data profil kesehatan Kota Bekasi Tahun 2020, persentase jumlah kunjungan pasien perempuan dengan gangguan jiwa sebesar 51% atau sebanyak 17.408 orang, sedangkan untuk pasien laki-laki adalah sebesar 49% atau sebanyak 16.720 orang. Penyebab pasien perempuan lebih banyak adalah karena saat berpikir, perempuan cenderung menggunakan perasaan. Oleh karena itu, perempuan lebih rentan mengalami gangguan jiwa ringan seperti gangguan kecemasan dan depresi. Untuk gangguan jiwa berat di Kota Bekasi, jumlah penderita terus meningkat dalam 3 tahun terakhir dari 1.219 kasus pada tahun 2017 menjadi 2.669 kasus pada tahun 2019, namun turun menjadi 2.181 pada tahun.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan gangguan mental, seperti lingkungan, alkohol, dan bencana. Apalagi Indonesia dilanda pandemi COVID-19 sejak 2020 yang tidak hanya berdampak pada kesehatan masyarakat, tetapi juga memengaruhi kondisi perekonomian, pendidikan, dan kehidupan sosial masyarakat. Selain itu, efek yang diberikan dari masa pandemi COVID-19 juga berpengaruh pada kesehatan mental, termasuk *self-diagnose*. Dilansir dari Kompasiana.com, selama pandemi COVID-19 banyak remaja yang mengklaim dirinya mengalami gangguan mental di media sosial dari hasil *self-diagnose* atau diagnosa sendiri (Kurnia, 2021).

White dan Horvitz (dalam Maskanah, 2022) menjelaskan bahwa *self-diagnose* merupakan suatu upaya yang dilakukan seseorang untuk mengetahui bahwa dirinya mengalami suatu penyakit berdasarkan informasi yang diketahui. Psikolog Persana (2021) juga menambahkan, dalam kesehatan mental, *self-diagnose* dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan kecemasan yang berlebih. Gangguan pada kesehatan mental sangat beragam dan untuk mengetahui jika seseorang itu mengalami

gangguan mental atau tidak, diperlukan diagnosis dari psikiater atau psikolog. Oleh karena itu, sangat bahaya melakukan *self-diagnose*. Hal tersebut berdampak buruk kepada seseorang atau bahkan memperparah gangguan yang diderita karena diagnosis yang asal dan salah. Psikolog Klinis dan Pengurus Bidang Strategi Komunikasi Ikatan Psikolog Klinis Indonesia (IPK) Wilayah DKI Jakarta, Masfuukhatur Rokhmah, dalam wawancaranya mengatakan bahwa banyak remaja yang melakukan *self-diagnose* atau mendiagnosis diri sendiri pada kesehatan mentalnya dengan membaca informasi dari internet tanpa bantuan dari para ahli. Tindakan ini sangat memprihatinkan, karena remaja menjadi tersugesti merasakan hal yang serupa dan berpikir bahwa mereka mengalami gangguan psikologis. Dan persepsi atau stigma masyarakat yang menganggap gangguan mental merupakan hal yang tabu membuat penderita merasa takut dan menunda untuk mengunjungi profesional.

Pentingnya orang-orang sekitar, termasuk remaja untuk mengetahui bahaya dan dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh *self-diagnose* (mendiagnosis diri sendiri). Karena terkadang masyarakat terbawa oleh tren dari sosial media dan rasa keingintahuannya, sehingga mencari informasi dan berita di internet yang tidak memiliki dasar ilmiah. Kurang pedulinya masyarakat dan orang terdekat terhadap penderita gangguan mental membuat sang penderita kurang menyadari bahwa mereka membutuhkan penanganan profesional dan dukungan dari lingkungan sekitar. Dengan hadirnya individu dan lingkungan yang dinamis, baik secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi serta memberikan dampak pada diri individu tertentu (Putri, 2015). Untuk itu seperti pada konsep *Person in Environment*, keberadaan individu dalam lingkungan sangat mempengaruhi.

Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana merancang identitas visual kampanye sosial yang dapat memberikan kesadaran kepada remaja akan bahaya *self-diagnose*. Diharapkan angka salah diagnosa dalam penyakit

yang berhubungan dengan kesehatan mental menjadi rendah dan remaja menjadi *aware* akan tindakan *self-diagnose*.

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah dari latar belakang yang dipaparkan pada penelitian ini adalah :

- Usia remaja rentan mengalami gangguan mental, sehingga berdampak pada kegiatan sehari-hari dan produktivitas.
- Banyak faktor informasi atau berita di internet yang tidak memiliki dasar ilmiah dan masyarakat sekitar yang menganggap gangguan mental merupakan hal tabu, sehingga menyebabkan banyak remaja melakukan *self-diagnose* dan takut atau menunda untuk mengunjungi profesional.
- Kurangnya pengetahuan remaja akan bahaya yang dapat ditimbulkan, seperti mengalami gangguan pada kesehatan mental atau bahkan dapat memperparah gangguan yang diderita akibat *self-diagnose*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana merancang suatu media visual kampanye sosial yang dapat memberikan kesadaran kepada remaja akan bahaya *self-diagnose*, sehingga salah diagnosa dalam penyakit yang berhubungan dengan kesehatan mental menjadi rendah?

1.4 Ruang Lingkup

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian ini dapat terfokuskan dengan baik. Pembatasan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Apa

Objek penelitian ini adalah identitas visual kampanye sosial mengenai bahaya *self-diagnose* pada remaja.

1.4.2 Bagaimana

Perancangan identitas visual kampanye sosial mengenai bahaya *self-diagnose* pada remaja.

1.4.3 Siapa

Target perancangan identitas visual kampanye sosial bahaya *self-diagnose* ini adalah remaja 17-25 tahun

1.4.4 Dimana

Proses pengumpulan data dan perancangan ini dilakukan di Bekasi dan Bandung.

1.4.5 Kapan

Proses pengumpulan data dan perancangan ini dilakukan pada 14 Maret hingga Juli 2023.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, maka tujuan dari pada penelitian ini adalah mendeskripsikan perancangan media visual kampanye sosial mengenai *self-diagnose* pada remaja.

1.6 Metode Pengumpulan Data dan Analisis Data

1.6.1 Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Gill, et al. (2008) mengatakan bahwa dalam penelitian kualitatif, terdapat beberapa macam metode pengumpulan data, yaitu observasi, analisis visual, studi pustaka, dan interview atau wawancara (individual atau grup). Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode-metode sebagai berikut:

A. Observasi

Menurut Ridwan (2004:104), metode observasi ialah metode pengumpulan data yang melakukan pengamatan secara langsung

ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan dengan memberikan ruang bagi peneliti.

Pada penelitian ini observasi akan dilakukan terhadap beberapa remaja di Kota Bekasi.

B. Wawancara

Wawancara merupakan cara yang strategis dalam pengambilan data dan memerlukan kejelian dan teknik-teknik tertentu dengan tujuan untuk menggali, merekonstruksi, dan mengungkapkan proyeksi pemikiran informan (Endraswara, 2006: 151).

Wawancara dilakukan kepada beberapa narasumber yang mengerti tentang bidangnya masing-masing.

- a. Wawancara bersama Edelweis Bintang Revinda selaku pendiri Komunitas Kind to Mind.
- b. Wawancara bersama Zusri Zusnia Zulaikha selaku penderita mental illness
- c. Wawancara bersama Selvi Rohmatun Solikha selaku Manager Social Media Specialist Komunitas Kind to Mind.
- d. Wawancara bersama Alfiana Indah Muslimah selaku Psikolog Klinis Astagina Praptama yang berlokasi di Perum. Griya Timur Indah Blok A3 No.28. Jatimulya, Tambun Selatan, Bekasi.

C. Kuesioner

Kuesioner atau angket merupakan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden untuk dijawab (Idrus, 2021: 112).

Pada penelitian ini kuesioner akan disebarakan kepada masyarakat di Kota Bekasi

D. Studi Pustaka

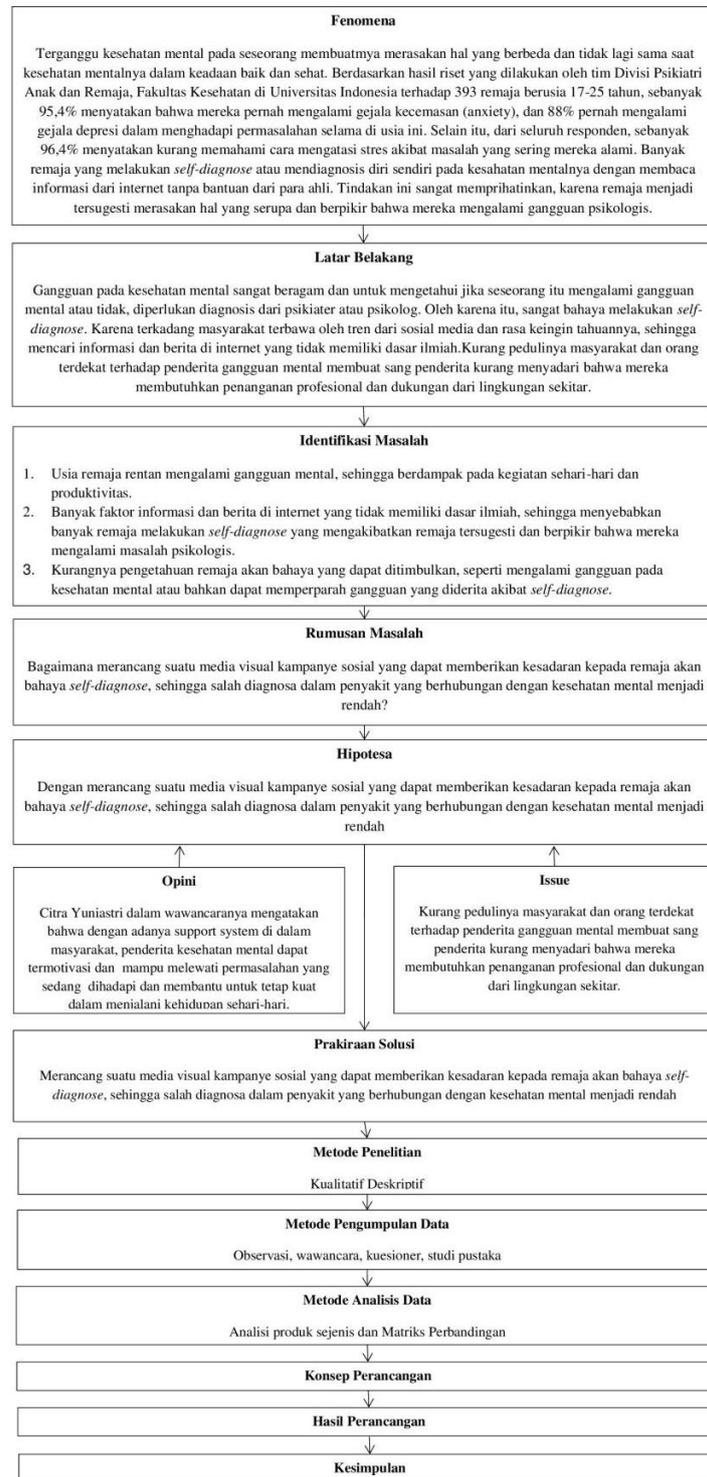
Studi pustaka dilakukan menelaah buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang berhubungan dengan teori kesehatan mental, self-diagnose, dan teori visual untuk kampanye sosial. Penulis juga menggunakan data kesehatan Kota Bekasi Tahun 2020 untuk mendapatkan informasi mengenai penderita kesehatan mental di Kota Bekasi.

1.6.2 Metode Analisis Data

Metode yang dilakukan untuk menganalisis data pada penelitian ini adalah Matriks Perbandingan, yaitu suatu matriks yang terdiri dari kolom dan baris dan masing-masing mewakili dua dimensi yang berbeda, dapat berupa konsep atas kumpulan informasi. Prinsip matriks sendiri terdapat pada objek visual yang dibandingkan dengan secara sejajar sehingga akan terlihat perbedaannya (Soewardikoen, 2013:60).

Analisis matriks digunakan pada proses perbandingan objek visual penelitian dengan kegiatan sejenis.

1.7 Kerangka Penelitian



Gambar 1. 1 Kerangka Penelitian

(Sumber: Inasya Diah)

1.8 Pembabakan

- **BAB I Pendahuluan**

Bab ini akan menjelaskan mengenai latar belakang permasalahan kesehatan mental yang terjadi di Kota Bekasi, baik yang berjenis kelamin perempuan maupun laki-laki. Terdapat penjelasan singkat, urgensi, serta bahaya yang dapat ditimbulkan dari tindakan self-diagnose.

- **BAB II Landasan Teori**

Pada bab ini akan berisi teori-teori relevan yang akan dipergunakan pada penelitian ini untuk menganalisis data dan pencapaian tujuan. Seperti teori kampanye, media, Desain Komunikasi Visual beserta beberapa elemen dan prinsip visual yang membantu dalam perancangan.

- **BAB III Data dan Analisis Data**

Pada bab ini akan dibahas hasil-hasil dan kesimpulan dari data yang telah diperoleh dengan metode pengumpulan data yang dilakukan, yaitu wawancara bersama Edelweis Bintang Revinda selaku pendiri Komunitas Kind to Mind, Zusri Zusnia Zulaikha sebagai penderita mental illness, Selvi Rohmatun Solikha selaku Manager Social Media Specialist Komunitas Kind to Mind dan Alfiana Indah Muslimah selaku Psikolog Klinis Astagina Praptama yang berlokasi di Perum. Griya Timur Indah Blok A3 No.28. Jatimulya, Tambun Selatan, Bekasi, data observasi yang dilakukan terhadap beberapa remaja di Kota Bekasi, data kuesioner akan disebarkan kepada remaja berusia 17-25 tahun yang berdomisili di Bekasi, dan Studi pustaka dengan cara menelaah buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang berhubungan dengan teori kampanye dan teori visual untuk kampanye sosial.

- **BAB IV Konsep dan Hasil Perancangan**

Bab ini akan berisi penjelasan konsep visual yang digunakan dalam perancangan media kampanye sosial, serta menjelaskan hasil dari data yang telah didapatkan.

- **BAB V Penutup**

Bab ini berisi penjelasan dan pemaparan kesimpulan dari penelitian dan karya yang dibuat dan juga berisi saran.