

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Status sosial ekonomi yang rendah memiliki hubungan yang erat dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental, termasuk depresi, kecenderungan bunuh diri, ketergantungan obat, dan gangguan psikotik. Penelitian oleh saacs, A. N., Enticott, J., Meadows, G., & Inder, B. pada tahun 2018 menunjukkan bahwa individu yang berasal dari kelompok dengan status sosial ekonomi rendah lebih rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Meskipun demikian, jika masalah ekonomi dapat diselesaikan, gejala psikologis yang timbul akibat stres cenderung berkurang, dan individu dengan gangguan jiwa berat yang memiliki status ekonomi lebih baik biasanya menunjukkan gejala yang lebih ringan serta kualitas hidup yang lebih baik. Hal ini menyoroti betapa pentingnya status sosial ekonomi dalam mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang (Isaacs et al., 2018).

Selain itu, dalam konteks keluarga, orang tua dengan status sosial ekonomi rendah sering kali menghadapi kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, termasuk pendidikan. Menurut Taluke, R., Rahayu, S., & Aditya, B. pada tahun 2021, orang tua yang memiliki status sosial ekonomi tinggi tidak mengalami banyak kesulitan dalam menyediakan kebutuhan pendidikan anak mereka, sementara orang tua dengan status sosial ekonomi rendah sering kali kesulitan dalam memenuhi hak pendidikan anak mereka. Hambatan-hambatan ini tidak hanya memengaruhi perkembangan akademik anak, tetapi juga dapat berpengaruh pada perkembangan emosionalnya, sehingga meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental pada anak tersebut (Taluke et al., 2021).

Selain tantangan dalam keluarga, stratifikasi sosial yang ada dalam masyarakat juga turut memengaruhi status sosial ekonomi seseorang. Max Weber menyatakan bahwa stratifikasi sosial terbentuk akibat distribusi kekuasaan, privilese, dan prestise yang tidak merata. Puspitasari (2021) menjelaskan bahwa ketimpangan dalam stratifikasi sosial ini dapat memperburuk tekanan psikologis individu karena keterbatasan akses terhadap sumber daya penting seperti

pendidikan dan layanan kesehatan. Sebagai hasilnya, individu yang berada pada kelas bawah lebih rentan mengalami gangguan psikologis dan emosional (Puspitasari, 2021).

Kesehatan mental, yang mencakup aspek kognitif, emosional, dan sosial seseorang, memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Mahardika (2017) menjelaskan bahwa kemampuan kognitif seseorang, seperti memori, perhatian, dan keterampilan sosial, sangat terkait dengan kondisi kesehatan mental mereka. Dalam jurnal yang ditulis oleh Handayani, T., Ayubi, D., & Ashari, D. pada tahun 2020, dijelaskan bahwa kesehatan mental memengaruhi hubungan sosial individu, karena gangguan mental dapat berdampak pada kemampuan seseorang dalam menjalin hubungan interpersonal. Depresi, misalnya, sering kali menyebabkan perasaan putus asa dan kesedihan, yang berujung pada hilangnya kontrol dalam mengatur emosi dan meningkatkan sensitivitas terhadap stres (Handayani et al., 2020).

Data terbaru dari World Population Review (2023) menunjukkan bahwa di Indonesia terdapat 9.162.886 kasus depresi. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), lebih dari 19 juta penduduk Indonesia yang berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional (I. C. Anwar, 2023). Prevalensi gangguan mental yang tinggi ini mencerminkan tingginya angka masalah kesehatan mental di Indonesia, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda (Soebianoro, 2017). Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa 6,1% remaja Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental (Rokom, 2023).

Selanjutnya, survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022 mengungkapkan bahwa satu dari tiga remaja berusia 10 hingga 17 tahun mengalami masalah kesehatan mental, dengan prevalensi depresi mayor pada remaja mencapai 1,0% (Gloriabarus, 2022).

Selain itu, kekerasan terhadap anak yang sering terjadi di lingkungan keluarga turut memperburuk kesehatan mental anak. Menurut data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA), pada tahun 2023 tercatat 3.547 kasus kekerasan terhadap anak, dengan lebih dari 600 kasus kekerasan psikis dan lebih

dari 900 kasus kekerasan fisik. Kekerasan ini, yang sebagian besar terjadi di lingkungan keluarga dan lembaga pendidikan, dapat memberikan dampak jangka panjang pada kesehatan mental anak dan meningkatkan risiko gangguan psikologis yang terus berlanjut hingga dewasa (D. Nurcahyo & I. Maullana, 2023).

Desi, Aris Felita & Angkit Kinasih (dalam Faturochman, 2006) mengatakan bahwa masa remaja awal merupakan masa transisi dari fase anak-anak menuju dewasa muda. Remaja menghadapi banyak tantangan seperti tekanan akademis, interaksi sosial, dan perubahan hormonal, yang dapat berdampak signifikan pada kondisi mental mereka. Perkembangan emosi remaja pada tahap ini akan menunjukkan emosi yang meledak-ledak, seperti contoh di tahap ini remaja cenderung akan mudah marah dan sensitif. Lingkungan yang tidak kondusif akan menghambat kematangan emosional remaja dan berpotensi menimbulkan tingkah laku yang agresif. Ada banyak penyebab yang dapat memicu gangguan kesehatan mental pada remaja mulai dari rasa tertekan, trauma hingga kekerasan yang kerap dialami oleh anak-anak atau remaja (Desi et al., 2020)

Menurut Diagnostic and statistical manual of mental disorders edisi ke-5 (DSM-V) Major Depressive Disorder atau Depresi Mayor adalah gangguan mental umum dari fase awal pada gangguan kesehatan mental yang dipicu oleh stress dan depresi dalam kasus yang lebih serius. Suatu episode depresi mayor ditandai dengan munculnya ciri-ciri (simptom) selama periode yang berlangsung minimal 2 minggu dan paling tidak satu dari ciri-ciri tersebut harus melibatkan rasa tertekan atau depresi, atau kehilangan minat pada suatu hal yang disenangi. Seseorang yang mengalami depresi akan merasa sedih, gelisah dan tertekan. Perasaan ini dapat berupa mood yang mudah tersinggung pada anak-anak atau remaja (Kadir et al., 2023).

Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membimbing dan mengawasi perkembangan anak, terutama pada masa transisi menuju remaja dan dewasa muda (Moniharapon, 2023). Pada usia ini, perkembangan psikologis anak masih belum sepenuhnya matang, sehingga dapat rentan terhadap gangguan mental, terutama jika anak mengalami trauma atau luka emosional. Oleh karena



itu, penting bagi orang tua untuk mendampingi anak dalam membangun rasa percaya diri, pola pikir yang sehat, dan cara pandang yang positif. Jika sejak kecil anak kurang mendapatkan perhatian, penghargaan, dan dukungan dari orang tua, hal ini bisa menjadi beban mental yang berpotensi melukai emosional anak di kemudian hari. Pola asuh yang otoriter, misalnya, membuat anak merasa tidak mampu membuat keputusan sendiri, merasa kurang dihargai, dan cenderung kurang percaya diri, karena mereka tidak bisa dengan bebas mengungkapkan perasaan dan keinginan mereka kepada orang tua.

Selain itu, kekerasan yang dilakukan orang tua dapat berdampak serius pada kondisi psikologis anak. Anak yang menyaksikan atau mengalami kekerasan di rumah dapat menghadapi masalah emosional dan psikologis yang berkepanjangan, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka hingga dewasa. Rasa tidak aman, ketakutan, dan kecemasan seringkali menjadi perasaan dominan yang dirasakan oleh anak-anak yang mengalami kekerasan. Selain itu, mereka juga lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, yang bisa berkembang menjadi kondisi yang lebih serius. Dengan demikian, sangat penting bagi orang tua untuk menyadari dampak dari kekerasan terhadap kesejahteraan psikologis anak dan berusaha menciptakan lingkungan yang aman dan penuh kasih untuk perkembangan mental anak (I. P. D Saskara & Ulio, 2020).

Menyoroti isu ini, Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia (LAKI) bergerak dalam Gerakan Indonesia Beradab (GIB), dan memainkan peran penting dalam pembangunan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap isu keluarga dan kesehatan mental. Lewat kampanye "School Based Mental Health" atau SBMH, LAKI berkomitmen untuk mendukung penuh dan memberikan pendampingan kepada orang tua dan remaja. Dalam mewujudkan kampanye tersebut, LAKI menggandeng SMA Negri 1 Sleman sebagai mitra. Melalui kerja sama ini, LAKI dan pihak sekolah merancang kampanye kesehatan mental dengan media film pendek untuk memberikan pengalaman nyata dan wawasan yang lebih luas terhadap isu kesehatan mental melalui media visual yang menarik.

Keberlangsungan program ini menjadi pionir dan dukungan untuk kami dalam ikut serta menyuarkan kampanye kesehatan mental melalui produksi film pendek. Pada langkah awal perancangan film *Serenada* yang mengangkat isu kesehatan mental terkait Depresi Mayor, film “Nanti kita Cerita Tentang Hari Ini” karya Angga Dwimas Sasongko (2019) & “Ku Kira Kau Rumah” karya Umay Shahab (2021) dipilih sebagai referensi karena temanya yang relevan tentang isu kesehatan mental dan pendekatannya secara realistis melalui penyelaman perasaan dan pengalaman emosional yang intens kepada penonton.

Film “Nanti kita Cerita Tentang Hari Ini” memberikan gambaran tentang lika-liku yang dihadapi tiga kakak beradik yang juga mengalami gangguan kesehatan mental. Sedangkan film “Ku Kira Kau Rumah” menggambarkan tentang rasa tertekan yang dapat mengakibatkan gangguan kesehatan mental Bipolar Disorder pada anak yang bermula dari rasa trauma dan tertekan pada gangguan mental Major Depressive Disorder atau Depresi Mayor. Realitas pada kedua film tersebut menghadirkan fenomena kesehatan mental menjadi hal yang kurang dipedulikan di masyarakat, bahkan dilingkungan terdekat seperti keluarga sekalipun.

Film fiksi adalah jenis film yang kompleks (Pratista, 2017). Film fiksi berfokus pada peristiwa dan orang nyata yang pada dasarnya adalah karya imajinasi, menggunakan karakter, latar, dan plot fiksi untuk memikat penonton. Film fiksi menawarkan beragam pengalaman sinematik yang memungkinkan pengkarya mengeksplorasi berbagai tema dan ide. Kekuatan film fiksi terletak pada kemampuannya untuk membawa kita ke waktu, tempat, dan realitas yang berbeda, serta membangkitkan empati dan terhubung dengan penontonnya secara emosional. Selain itu, film fiksi memungkinkan pengkarya untuk mengangkat isu-isu sosial yang penting dan mengeksplorasi tema-tema kompleks dengan cara yang relevan dan mudah diakses. Film fiksi memberikan ruang aman bagi penonton untuk merenung dan berdiskusi secara bijak.

Film adalah media yang ampuh untuk mengkomunikasikan pesan kesehatan mental karena kemampuannya menciptakan pengalaman yang realistis dan mendalam bagi penonton. Berbeda dengan bentuk media lainnya, film

memiliki keunggulan dalam menggabungkan visual, efek suara, dan dialog untuk menggambarkan dan mengeksplorasi kompleksitas kondisi kesehatan mental. Film memanfaatkan berbagai teknik sinematik seperti sudut kamera, pencahayaan, dan musik untuk menyampaikan emosi yang dialami oleh individu dengan masalah kesehatan mental secara efektif. Selain itu, durasi film memungkinkan pengisahan cerita yang mendalam, memungkinkan penonton untuk menyaksikan perjuangan karakter, tantangan, dan pertumbuhan atau resolusi yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan mental.

Salah satu aspek yang membuat film ini menjadi alat yang efektif untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan mental terletak pada kemampuannya untuk menghilangkan stigma seputar kesehatan mental. Dengan memberikan gambaran yang akurat dan relevan tentang karakter yang menghadapi kondisi kesehatan mental, film dapat membantu menghilangkan prasangka mitos dan kesalahpahaman seputar masalah ini. Ketika penonton melihat kisah karakter, mereka akan berempati terhadap perjuangan kesehatan mental dan akhirnya mencari bantuan atau menemukan pemulihan, hal ini membantu menormalkan pengalaman tersebut dan mendorong diskusi terbuka tentang kesehatan mental di masyarakat.

Selain itu, film dapat memberikan wawasan tentang berbagai kondisi kesehatan mental dan dampaknya terhadap individu dan masyarakat. Dengan menghadirkan beragam karakter dengan pengalaman multidimensi, film dapat mengedukasi penonton tentang kompleksitas dan keragaman masalah kesehatan mental, menumbuhkan empati dan pemahaman.

Dalam penyutradaraan film terdapat berbagai bentuk teknik dan pendekatan, salah satunya yakni pendekatan realisme. Realisme dalam film muncul sebagai respons terhadap bentuk-bentuk sinema sebelumnya. Pembuat film seperti Neorealis Italia dan sutradara French New Wave memelopori pendekatan ini pada pertengahan abad ke-20. Mereka berusaha menciptakan narasi yang mencerminkan kehidupan sehari-hari masyarakat biasa, membahas isu-isu sosial dan mengeksplorasi emosi manusia yang kompleks (Suhendro, 2020).



Di film *Serenada*, penggunaan pendekatan realisme merupakan salah satu upaya untuk menggambarkan realitas nyata terhadap penderita gangguan kesehatan mental terkhusus Depresi Mayor. Pengkarya menciptakan narasi, dialog, pencahayaan dan latar tempat yang dapat mencerminkan situasi dan emosi di kehidupan nyata.

Pendekatan yang realistis dalam film kesehatan mental bertujuan untuk menggambarkan peristiwa, tokoh, dan latar sedemikian rupa sehingga menyerupai kehidupan nyata didukung oleh setting, latar, kostum, makeup, pencahayaan dan elemen visual lainnya. Film dengan pendekatan realisme dapat membuka jendela ke dalam masyarakat dengan menantang penonton untuk terlibat secara kritis dengan isu-isu terkait kesehatan mental. Sebagai representasi sosial, film dengan pendekatan realisme seperti *Serenada* yang mengangkat isu kesehatan mental Depresi Mayor adalah salah satu media edukasi untuk menyampaikan pesan secara mendalam yang dapat membentuk empati dan simpati di masyarakat tentang pentingnya peduli terhadap kesehatan mental. Sebab, isu kesehatan mental masih menjadi hal yang dianggap tabu dan memalukan untuk dibahas. Fenomena ini yang apabila tidak disajikan secara realistis, akurat dan diedukasi dengan baik dapat berpotensi menimbulkan konflik, asumsi dan stigma buruk terhadap masalah kesehatan mental (D. F. Aliyana & C. D. Utami, 2023).

## **1.2 Fokus Permasalahan dan Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Fokus Permasalahan**

Film *Serenada* dibuat dengan tujuan untuk menyuarakan kampanye kesehatan mental khususnya pada konteks *Major Depressive Disorder* dengan pendekatan realisme, yang menekankan pada situasi realistis. Kolaborasi dengan Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia (LAKI) menghadirkan inspirasi cerita terkait masalah kesehatan mental yang banyak dialami remaja. Dengan genre drama keluarga, *Serenada* menghadirkan kisah secara realis dan emosional.

*Serenada* menggambarkan bagaimana situasi seorang remaja laki-laki yang tertekan akibat dari keinginan orang tua. Dengan hadirnya tokoh

*Lanang* di film *Serenada*, diharapkan dapat membuka pikiran kritis terhadap masalah kesehatan mental dan menghilangkan stigma dari kasus mental tersebut. *Serenada* menghadirkan realitas mendalam tentang situasi yang dihadapi oleh penyintas gangguan mental dengan tujuan untuk memotivasi dan menumbuhkan simpati serta empati penonton terhadap kampanye kesehatan mental.

Salah satu aspek yang membuat film ini menjadi alat yang efektif untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan mental terletak pada kemampuannya untuk menghilangkan stigma seputar kesehatan mental khususnya pada konteks *Major Depressive Disorder* dengan mengadopsi pendekatan realisme.

#### **1.2.2 Rumusan Masalah**

Dalam konteks masalah yang diangkat, fokus permasalahan dapat dijelaskan dalam bentuk pertanyaan tentang bagaimana "*Teknik Penyutradaraan Dengan Pendekatan Realisme di Film Pendek Serenada*" sebagai berikut :

1. Bagaimana teknik penyutradaraan menggunakan pendekatan realisme memberikan gambaran kondisi yang realistis terhadap pengalaman individu dengan Depresi Mayor?

### **1.3 Tujuan Penciptaan**

Film *Serenada* membawa kampanye kesehatan mental *Major Depressive Disorder*. Hal ini ditujukan untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan mental karena kemampuannya menciptakan pengalaman yang mendalam, menghilangkan stigma, dan memberikan wawasan tentang berbagai kondisi kesehatan mental.

Sebagai *Sutradara*, tanggung jawab tidak hanya ada pada segi artistik tapi juga bagaimana pesan dalam film dapat tersampaikan dengan baik kepada penonton dan membawa perubahan positif. Pada kasus yang diangkat pada film *Serenada* yakni *Major Depressive Disorder* atau Depresi Mayor, Sutradara memiliki peran yang penting dalam membangun pesan lewat interaksinya dengan



aktor untuk memahami dan mendalami situasi seorang remaja penyintas gangguan mental. Sutradara juga banyak berdiskusi untuk menciptakan perpektif dalam membangun situasi yang relevan, contohnya pada penghayatan dan narasi yang dibuat serealistik mungkin.

## **1.4 Manfaat Penciptaan**

### **1.4.1 Manfaat Praktis**

Sebagai Sutradara pada film *Seenada* dan ikut serta selama proses produksi dari mulai praproduksi hingga pasca produksi, pengkarya mendapatkan wawasan serta manfaat sebagai berikut :

1. Peningkatan Kompetensi Teknis tentang bagaimana mengolah narasi, dialog, pengembangan karakter serta menyusun elemen visual yang mendukung pada proses produksi.
2. Pengalaman Profesional tentang aspek-aspek produksi, termasuk sinematik, artistik dan editing yang mendukung terciptanya sebuah karya film.
3. Mengasah keterampilan sebagai sutradara termasuk bagaimana cara berinteraksi dengan aktor, pola komunikasi, hingga menempatkan frame yang sesuai pada proses pengambilan gambar.
4. Mengembangkan kemampuan interaksi sosial, kerjasama dan manajemen pada bidang produksi film pendek.
5. Mendapat wawasan baru terkait isu-isu kesehatan mental, terkhusus dari sudut pandang kacamata seorang sutradara.

### **1.4.2. Manfaat Akademis**

Dari sudut pandang akademis, produksi film *Serenada* memiliki pengaruh besar pada bidang ilmu komunikasi. Berikut adalah beberapa manfaatnya:

1. Berkontribusi pada penelitian bidang komunikasi terkait isu-isu kesehatan mental.
2. Menjadi portofolio akademis dan keterlibatan sebagai sutradara dalam produksi film pendek.

3. Pengembangan Keterampilan berfikir kritis terhadap isu-isu sosial.
4. Memahami lebih dalam tentang industri film dan bagaimana perannya di masyarakat.
5. Mengembangkan pengetahuan tentang teori-teori film dan konsep dasar pada proses penyutradaraan

