BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Pendahuluan

Saat ini, arus modernisasi berkembang dengan cepat dan meresap ke segala aspek kehidupan. Modernisasi memang membawa banyak perubahan positif, tetapi juga memunculkan sisi-sisi negatif yang tak terelakkan. Beberapa dampak negatif yang timbul antara lain meningkatnya sikap individualisme, kesenjangan sosial ekonomi, pencemaran lingkungan, angka kriminalitas yang kian tinggi, kenakalan remaja, serta berbagai bentuk penyimpangan sosial lainnya. Masalah-masalah sosial seperti ini menjadi tantangan besar dalam proses modernisasi yang dihadapi oleh masyarakat masa kini. Ironisnya, manusia modern sering kali terlena dengan kemajuan dan produk-produk pemikiran mereka sendiri, sehingga kurang waspada dalam mengontrol efek samping dari kemajuan tersebut. Akibatnya, lingkungan mengalami kerusakan yang signifikan, dan kenyamanan hidup justru menjadi terancam oleh perkembangan yang seharusnya memberikan manfaat. Modernisasi, yang diharapkan memperbaiki kualitas hidup, pada kenyataannya juga memunculkan masalah baru yang perlu diatasi agar kehidupan tetap seimbang dan lestari.

Situasi di atas bisa memberikan dampak psikologis yang cukup berat, tidak hanya bagi individu yang mengalaminya secara langsung, tetapi juga bagi keluarga dan lingkungan sosial yang lebih luas. Tren ini menjadi sumber kekhawatiran, khususnya di kalangan masyarakat perkotaan atau masyarakat modern saat ini, dengan tekanan yang semakin terasa kuat di negara-negara maju. Di Indonesia sendiri, beban psikologis ini pun sudah mulai umum dirasakan dalam berbagai aspek kehidupan baik itu di tingkat pribadi, keluarga, maupun komunitas. Faktor-faktor dari kehidupan modern seperti tuntutan pekerjaan, gaya hidup yang serba cepat, dan ekspektasi sosial yang tinggi menjadi pendorong munculnya tekanan ini. Keadaan ini mengisyaratkan pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental dalam keseharian masyarakat (Aziz, 2022).

Menurut WHO, kesehatan mental adalah keadaan di mana seseorang merasa baik secara emosional dan mampu mengenali serta mengembangkan potensinya. Orang dengan kesehatan mental yang baik juga mampu menghadapi tekanan hidup sehari-hari dengan lebih baik. Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental semakin meningkat. Isu ini terus menjadi fokus, sehingga mendorong *World Federation of Mental Health* (WFMH) untuk menciptakan Hari Kesehatan Jiwa Sedunia sebagai momen peringatan. Hari ini pertama kali diperingati pada tahun 1992 dan dirayakan setiap tanggal 10 Oktober, dengan tujuan meningkatkan kesadaran global tentang kesehatan jiwa serta mendorong dukungan yang lebih besar terhadap kesehatan mental bagi semua orang (Kemkes, 2024).

Sayangnya, masalah kesehatan mental tidak bisa dianggap sepele, karena jumlah penderitanya saat ini cukup tinggi dan mengkhawatirkan. Saat ini diperkirakan ada sekitar 450 juta orang di seluruh dunia yang mengalami gangguan mental atau perilaku. Bahkan, WHO memperkirakan bahwa satu dari empat orang akan mengalami masalah kesehatan mental setidaknya sekali seumur hidup mereka. Data dari WHO di kawasan Asia Pasifik (WHO SEARO) menunjukkan bahwa India memiliki jumlah kasus depresi tertinggi, dengan 56.675.969 kasus atau 4,5% dari total populasi. Sementara itu, Maladewa memiliki angka terendah dengan 12.739 kasus atau 3,7% dari populasinya. Di Indonesia, kasus depresi tercatat sebanyak 9.162.886 atau sekitar 3,7% dari populasi (Haryanti, Putra, Larasati, Khairunnisa, & Dewi, 2024). Angka-angka ini menyoroti pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental, serta perlunya dukungan bagi individu yang mengalami masalah ini.

Sistem kesehatan global saat ini masih belum mampu menangani beban gangguan kesehatan mental dengan optimal. Terdapat kesenjangan besar antara kebutuhan akan perawatan dan ketersediaan layanan yang tersedia. Diperkirakan sekitar 85% orang dengan gangguan mental serius di negara-negara berkembang tidak mendapatkan pengobatan yang mereka butuhkan. Selain itu, anggaran kesehatan mental global setiap tahunnya juga masih sangat rendah, yaitu di bawah US$ 2 per orang, dan jumlah tenaga kesehatan mental juga minim, yakni kurang dari satu tenaga profesional per 100.000 penduduk. Situasi serupa terjadi di Indonesia, di mana faktor-faktor biologis, psikologis,

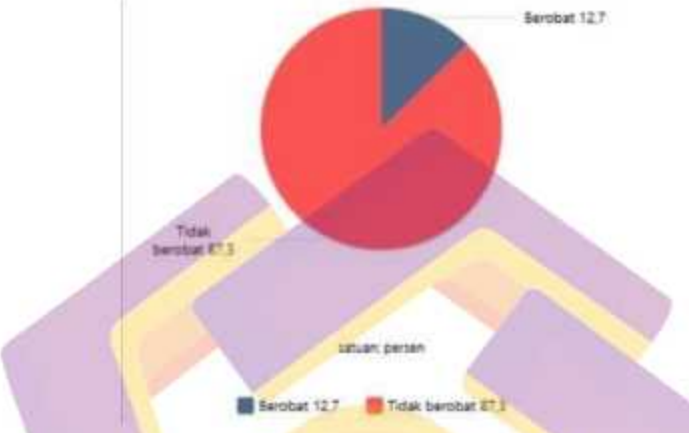
dan sosial serta keberagaman populasi membuat angka kasus gangguan jiwa berpotensi terus meningkat. Karena itu, setiap negara perlu memiliki upaya yang serius untuk menangani dampak gangguan kesehatan mental ini (WHO, 2017).

Sistem kesehatan di berbagai negara belum sepenuhnya mampu mengatasi beban gangguan mental yang terus meningkat, sehingga terjadi kesenjangan antara kebutuhan masyarakat akan perawatan kesehatan jiwa dan ketersediaan layanan tersebut. Di Indonesia, Undang-Undang No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa menjadi acuan utama untuk mengatur penyelenggaraan kesehatan jiwa yang menyeluruh. Undang-undang ini mengatur bahwa pelayanan kesehatan jiwa dilakukan secara berjenjang, mulai dari layanan dasar hingga layanan rujukan, guna membangun sistem yang komprehensif dan terstruktur. Selain pelayanan kesehatan jiwa, undang-undang ini juga menetapkan pentingnya pengelolaan sumber daya yang mendukung penyelenggaraan layanan tersebut, termasuk tenaga profesional, fasilitas layanan, peralatan, teknologi, produk teknologi, dan pendanaan (Sitinjak, 2023).

Undang-undang ini berfungsi sebagai landasan kebijakan dalam penanganan kesehatan mental di Indonesia, yang bertujuan meningkatkan kualitas kesehatan jiwa masyarakat sekaligus mencegah gangguan mental, khususnya bagi kelompok yang rentan atau berisiko. Dalam undang-undang ini juga diatur bahwa tindakan pemasungan, penelantaran, kekerasan, atau pelanggaran hak asasi terhadap Orang Dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) dan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan tindak pidana yang dapat dikenakan sanksi. Saat ini, upaya kesehatan jiwa di Indonesia dikelola oleh Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA di bawah Kementerian Kesehatan. Direktorat ini memiliki visi untuk meningkatkan layanan kesehatan jiwa masyarakat yang optimal dan adil, dengan target capaian pada periode 2015-2019. Fokus utamanya adalah mendorong kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan jiwa, membangun kemitraan dengan berbagai pihak, menjamin mutu layanan, serta memperluas jangkauan pelayanan yang merata dan terjangkau, terutama bagi kelompok yang berisiko tinggi. Selain itu, ada juga upaya untuk mengembangkan layanan berbasis komunitas, termasuk layanan di rumah, dan memastikan tenaga kesehatan jiwa

bekerja dengan profesionalisme tinggi (Haryanti, Putra, Larasati, Khairunnisa, & Dewi, 2024).

Gambar 1.1 Proporsi Individu dengan Depresi yang Berobat/Tidak Berobat di Indonesia



Menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, angka depresi di Indonesia mencapai 1,4%. Artinya, sekitar 1 dari 100 orang berusia 15 tahun ke atas mengalami depresi. Dari mereka yang mengalami depresi, hanya 12,7% yang mendapat perawatan atau bantuan dari dokter atau tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan. Sisanya, 87,3%, tidak tercatat menjalani pengobatan. Menurut Kementerian Kesehatan, depresi adalah gangguan suasana hati yang memengaruhi cara berpikir, perasaan, dan perilaku seseorang. Orang yang mengalami depresi bisa merasa sedih, cemas, kehilangan minat pada hal-hal yang dulu disenangi, merasa tidak berharga, atau memiliki pikiran negatif yang berulang tentang diri sendiri, kehidupan, atau kematian. Gejala depresi meliputi penurunan energi, gangguan tidur, perubahan nafsu makan, dan keluhan fisik lainnya. Depresi yang tidak diobati dapat membawa risiko serius, seperti peningkatan risiko bunuh diri, gangguan kecemasan, sakit kronis, dan masalah hubungan. Kementerian Kesehatan menekankan pentingnya pengobatan holistik untuk depresi, yang bisa mencakup obat antidepresan dan terapi psikologis untuk membantu mengatasi pikiran negatif dan mengelola stres (Ahdiat, 2024).

Komunikasi interpersonal memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental, terutama karena dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan rasa saling terhubung. Dengan adanya interaksi langsung dan saling berbagi, komunikasi ini memberi peluang untuk merasakan dukungan dan pemahaman dari orang lain. Namun, cara komunikasi interpersonal ini sering kali berbeda antara laki-laki dan perempuan. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung menggunakan komunikasi bukan hanya untuk menyampaikan informasi, tetapi lebih kepada membangun kedekatan emosional dan menunjukkan empati. Mereka biasanya lebih terbuka dalam berbagi perasaan dan pengalaman pribadi, sehingga bisa merasakan kedekatan yang lebih dalam dengan orang lain. Melalui komunikasi seperti ini, perempuan dapat membangun dukungan emosional yang kuat dan mengurangi perasaan kesepian atau kecemasan. Pendekatan ini memungkinkan perempuan untuk menciptakan lingkungan yang penuh pengertian dan kehangatan, yang sangat penting untuk kesejahteraan mental mereka (Fatmasari & Nur'Aini, 2023).

Komunikasi yang lebih terbuka dan empatik ini membuat perempuan lebih mampu memahami dan mengelola perasaan mereka sendiri maupun perasaan orang lain. Dengan menjaga relasi yang positif dan mendalam, perempuan dapat merasakan adanya dukungan emosional yang berkelanjutan. Lingkungan yang terbentuk dari komunikasi yang hangat ini tentu saja berdampak baik bagi kesehatan mental mereka secara menyeluruh. Sementara itu, gaya komunikasi laki-laki sering kali lebih bersifat instrumental, yaitu terfokus pada penyelesaian masalah atau pencapaian tujuan tertentu. Dalam percakapan, mereka cenderung menghindari topik yang berkaitan dengan emosi atau perasaan pribadi karena hal tersebut bisa saja dianggap sebagai tanda kelemahan. Karena itu, daripada berbagi perasaan atau mendiskusikan hal-hal emosional, mereka mungkin lebih memilih untuk langsung menawarkan solusi atau cara untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Pendekatan komunikasi yang lebih langsung, dominan, dan terkadang kompetitif ini sering membuat laki-laki terlihat kurang terbuka untuk menerima dukungan emosional. Padahal, dukungan emosional tersebut sangat penting bagi kesehatan mental mereka, terutama dalam situasi-situasi yang membutuhkan empati atau saling pengertian. Sayangnya, dengan pola komunikasi seperti ini, laki-laki mungkin tidak selalu

mendapatkan bantuan emosional yang sebenarnya mereka perlukan (Usera, 2024). Pendekatan komunikasi yang berbeda antara laki-laki dan perempuan dapat memengaruhi cara mereka menghadapi tekanan dan stres. Perempuan cenderung lebih rentan mengalami kelelahan emosional karena mereka sering kali terlibat dalam memberikan dukungan emosional, baik kepada diri sendiri maupun orang lain. Mereka biasanya lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan berbagi kekhawatiran, yang bisa menjadi beban emosional tersendiri. Di sisi lain, laki-laki mungkin lebih rentan merasa terisolasi karena mereka cenderung jarang mengekspresikan kebutuhan emosionalnya. Kebiasaan ini dapat membuat mereka merasa seolah-olah harus menghadapi masalah sendirian, yang pada akhirnya bisa memicu perasaan tertekan atau terasing.

Data menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal dan kesehatan mental saling terkait dengan kuat. Pola komunikasi yang efektif terbukti mampu memperkuat dukungan emosional yang kita dapatkan dari orang lain, sekaligus mengurangi tekanan mental yang kita rasakan. Dalam konteks ini, penelitian juga menunjukkan bahwa ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam cara mereka mengelola emosi, yang pada akhirnya memengaruhi kesehatan mental masing-masing (Chrysikou & Goubet, 2019). Secara umum, perempuan cenderung lebih sering mencari dukungan sosial dan menggunakan strategi regulasi emosi yang lebih fleksibel. Ini berarti mereka lebih terbuka untuk berbicara tentang perasaan atau mencari bantuan dari orang lain ketika menghadapi masalah. Di sisi lain, pria lebih sering menekan atau menahan perasaan mereka dan cenderung tidak terlalu terbuka dalam mengekspresikan emosi.

Cara ini dapat menghambat komunikasi terbuka dalam hubungan interpersonal, karena seringkali mereka lebih memilih untuk menghadapi masalah sendiri, tanpa melibatkan dukungan emosional dari orang sekitar. Perbedaan gender memainkan peran penting dalam merancang program kesehatan mental yang lebih responsif dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing gender. Hal ini karena terdapat perbedaan dalam cara pria dan wanita menangani masalah kesehatan mental, termasuk bagaimana mereka mencari dukungan. Wanita, misalnya, cenderung lebih aktif dalam mencari dukungan sosial seperti berbagi cerita dengan teman atau keluarga. Dukungan sosial ini terbukti sangat efektif dalam membantu mengatasi stres dan menjaga kesehatan mental secara

keseluruhan. Di sisi lain, pria mungkin tidak selalu mencari dukungan dengan cara yang sama atau seaktif wanita, sehingga pendekatan yang berbeda mungkin diperlukan untuk menjangkau mereka secara efektif. Dengan memahami dan menyesuaikan program berdasarkan perbedaan ini, kita bisa menciptakan program kesehatan mental yang lebih inklusif dan tepat sasaran bagi setiap individu, terlepas dari gender mereka.

Siswa membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam dan keterampilan praktis dalam mata pelajaran yang mereka pelajari, baik di sekolah maupun perguruan tinggi. Untuk mencapai hal ini, ada berbagai cara yang bisa dilakukan, salah satunya adalah dengan membangun komunikasi interpersonal yang efektif. Komunikasi interpersonal sendiri merupakan proses interaksi di mana pesan dikirimkan dan diterima antar individu, dengan tujuan utama untuk menciptakan makna yang saling dipahami (Ariyani & Hadiani, 2019). Dalam proses ini, kedua pihak baik yang berbicara maupun yang mendengarkan dapat memberikan umpan balik yang konstruktif, yang pada akhirnya memberikan efek positif bagi kedua belah pihak. Komunikasi yang baik tidak hanya tentang berbicara dengan jelas, tetapi juga tentang mendengarkan dengan penuh perhatian, sehingga setiap orang dapat memahami pesan yang disampaikan dan merespons dengan cara yang tepat.

Dengan komunikasi interpersonal yang efektif, siswa dapat memperdalam pemahaman mereka terhadap materi pelajaran, memperbaiki keterampilan praktis, serta membangun hubungan yang lebih baik dengan guru dan teman sekelas. Pola komunikasi ini dianggap sebagai elemen penting dalam kegiatan sosial yang akan dialami siswa di lingkungan akademik. Dengan memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik, siswa akan lebih mudah berinteraksi dengan orang lain karena komunikasi yang efektif dapat menciptakan suasana yang nyaman dan penuh pengertian, serta mendukung hubungan yang lebih baik antar siswa (Anggeraini & Farozin, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa siswa perlu memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik untuk mencapai kesuksesan selama masa studi mereka, karena keterampilan ini tidak hanya membantu dalam pembelajaran, tetapi juga mendukung mereka dalam menjalin hubungan yang positif dan produktif di lingkungan akademik.

Contoh studi kasus yang dapat dijabarkan adalah Pandemi COVID-19 yang dimulai pada Desember 2019 memaksa masyarakat di berbagai belahan dunia, termasuk

Indonesia, untuk beradaptasi dengan pola komunikasi baru. Kebijakan pemerintah seperti *stay-athome* dan *work-from-home* yang diberlakukan untuk memutus rantai penyebaran virus, membatasi interaksi fisik langsung. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan komunikasi interpersonal untuk mempertahankan hubungan sosial, namun kondisi pandemi memaksa sebagian besar komunikasi interpersonal dilakukan secara daring. Teknologi informasi menjadi solusi utama untuk memenuhi kebutuhan komunikasi ini. Berbagai aplikasi, seperti WhatsApp, Zoom, dan Google Meet, memungkinkan individu tetap terhubung melalui video call, diskusi grup, atau pembelajaran daring. Meski demikian, komunikasi daring memiliki keterbatasan dalam menyampaikan pesan emosional dan nuansa tertentu, yang sering kali mengurangi kedalaman hubungan interpersonal, terutama pada individu yang terbiasa berkomunikasi langsung secara fisik (Ummayah, 2021).

Di sisi lain, pandemi juga memunculkan tantangan berupa hambatan komunikasi yang memengaruhi efektivitas komunikasi interpersonal. Hambatan seperti noise teknis, keterbatasan kontak fisik, kesalahpahaman semantis, dan tekanan psikososial menjadi hal yang sering dialami selama pandemi. Seperti, gangguan koneksi internet dapat menyebabkan pesan menjadi tidak tersampaikan dengan baik selama pertemuan virtual, sementara ketidakhadiran komunikasi fisik, seperti pelukan antara anggota keluarga yang berjauhan, mengurangi kehangatan emosional. Selain itu, tekanan psikologis akibat isolasi dan stres pandemi juga memengaruhi kondisi emosi individu, yang dapat membuat komunikasi menjadi lebih rentan terhadap salah tafsir atau konflik. Studi ini menyoroti pentingnya komunikasi interpersonal yang efektif, baik secara langsung maupun melalui media digital, dalam menjaga kesehatan mental selama masa pandemi, dengan tetap mempertimbangkan hambatan-hambatan yang ada.

Berdasarkan uraian di atas, jelas bahwa kesehatan mental merupakan aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian lebih, terutama dalam perbedaan gender. Meski banyak penelitian telah mengkaji kesehatan mental dan komunikasi interpersonal secara umum, penelitian yang secara khusus menyoroti peran komunikasi interpersonal dalam mendukung kesehatan mental berbasis gender masih terbatas. Padahal, pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana komunikasi interpersonal dapat disesuaikan dengan

kebutuhan spesifik berdasarkan gender sangat penting untuk menciptakan pendekatan yang lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental. Penelitian ini menjadi urgensi karena adanya kebutuhan untuk memahami lebih dalam bagaimana pola komunikasi yang berbeda pada laki-laki dan perempuan memengaruhi kesehatan mental mereka. Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan dapat membantu praktisi kesehatan, konselor, serta keluarga untuk mengembangkan strategi komunikasi yang sesuai dengan kebutuhan psikologis yang berbasis gender, sehingga dukungan yang diberikan dapat lebih optimal.

Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya hanya membahas komunikasi interpersonal secara umum, tanpa mempertimbangkan faktor-faktor penting seperti perbedaan gender. Padahal, dengan semakin banyaknya isu terkait gender akhir-akhir ini, penting untuk meneliti komunikasi interpersonal siswa dari sudut pandang perbedaan gender. Ada pandangan yang menyatakan bahwa perempuan cenderung lebih terbuka dalam komunikasi, baik secara langsung (tatap muka) maupun melalui email, dibandingkan laki-laki. Selain itu, hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan kebijakan kesehatan mental yang lebih inklusif dan responsif terhadap perbedaan gender. Hal ini sejalan dengan upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental di Indonesia dan menciptakan masyarakat yang lebih sejahtera secara mental dan emosional. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam menjawab kebutuhan akan pendekatan kesehatan mental yang berbasis gender melalui peran komunikasi interpersonal yang efektif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang yang telah dipaparkan oleh penulis diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang menjadi inti pokok pembahasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

"Peran prinsip komunikasi REACH (Respect, Empathy, Audible, Clarity, dan Humble) dalam membentuk komunikasi efektif yang menunjang kesehatan mental pasien berdasarkan perbedaan gender?"

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu:

1. Untuk mengetahui peran komunikasi interpersonal dalam mendukung kesehatan mental berbasis gender.
2. Mengidentifikasi pola komunikasi interpersonal yang memengaruhi kesehatan mental pada laki-laki dan perempuan.
3. Menjelaskan peran komunikasi interpersonal dalam mendukung kesehatan mental pada laki-laki dan perempuan.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibedakan atas dua aspek yaitu, aspek teoritis dan aspek praktis. Manfaat aspek teoritis berkaitan dengan pengembangan suatu ilmu pengetahuan. Sedangkan manfaat aspek praktis berkaitan dengan kebutuhan berbagai pihak yang membutuhkan.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan:

1. Dapat memberikan manfaat khususnya terhadap penelitian yang bersangkutan mengenai komunikasi interpersonal dan kesehatan mental.
2. Menambah wawasan ilmiah mengenai hubungan antara komunikasi interpersonal dan kesehatan mental, khususnya dalam konteks gender.
3. Memperkaya kajian tentang perbedaan gender dalam cara komunikasi memengaruhi kesejahteraan psikologis, sehingga memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang cara-cara komunikasi dapat disesuaikan dengan kebutuhan psikologis yang berbeda.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis hasil penelitian ini diharapkan:

1. Memberikan wawasan bagi praktisi kesehatan mental (psikolog, konselor, terapis) untuk mengembangkan pendekatan komunikasi yang lebih sensitif terhadap perbedaan gender dalam mendukung kesehatan mental individu.
2. Menjadi acuan bagi institusi pendidikan dan pelatihan dalam merancang programprogram yang mengajarkan keterampilan komunikasi interpersonal yang mendukung kesehatan mental berbasis gender.
3. Dan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman terhadap kesehatan mental, gangguan jiwa, dan kesetaraan gender untuk membangun masyarakat yang sejahtera.

1.5 Sistematika Penulisan

Dalam menyusun penelitian ini agar pembahasannya terfokus pada pokok-pokok permasalahan yang ada, maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut

BAB I Pendahuluan, pada bab ini, penulis menjelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan yang digunakan dalam penelitian ini.

BAB II Kajian Pustaka, Bab ini membahas landasan teori yang menjadi dasar dalam penelitian ini, termasuk teori-teori komunikasi interpersonal, kesehatan mental berbasis gender, serta penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dan menjadi acuan dalam penelitian ini.

BAB III Metodologi Penelitian, Bab ini membahas jenis penelitian, paradigma penelitian, teknik pengumpulan data, subjek penelitian, sumber data, teknik analisis data, dan teknik keabsahan data yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini.

BAB IV Analisis dan Pembahasan, pada bab ini penulis menganalisis hasil temuan yang diperoleh dari pengumpulan data dengan mengaitkannya dengan teori-teori yang relevan, serta membahas implikasi dari temuan-temuan tersebut dalam konteks komunikasi interpersonal dan kesehatan mental berbasis gender.

BAB V Penutup, bab ini penulis memberikan kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang dapat diterapkan berdasarkan temuan-temuan dalam penelitian ini.