

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tingkat pengetahuan yang rendah di kalangan masyarakat Indonesia tentang kesehatan mental, serta stigma yang dikenakan oleh masyarakat terhadap orang yang menderita penyakit mental, tetap menjadi masalah global dan nasional yang belum terpecahkan dalam masyarakat saat ini. Sejak tahun 2015, kesehatan mental telah muncul sebagai salah satu gangguan yang mendapat perhatian khusus (Ridlo Akhsanu Ilham & Zein Amelia Rizqy, 2018). Pada tahun 2018, Penelitian Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Indonesia mengungkapkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun menderita penyakit mental emosional, dengan lebih dari 12 juta menderita depresi. Kesehatan mental telah menjadi perhatian utama nasional.

Data terbaru mengenai tingkat depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya di kalangan Generasi Z menunjukkan peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir, di mana sekitar 60% dari Generasi Z melaporkan mengalami gejala kecemasan, menurut laporan dari WHO (World Health Organization). Penelitian oleh Pew Research Center menemukan bahwa 90% Generasi Z aktif menggunakan media sosial, dan mereka lebih mungkin mencari dukungan emosional dan informasi kesehatan mental melalui platform tersebut. Hal ini menunjukkan pentingnya konten yang relevan dan positif di media sosial untuk mendukung kesejahteraan mental mereka.

Krisis kesehatan mental ini semakin diperparah oleh dampak jangka panjang pandemi COVID-19, yang menambah kompleksitas isu ini di kalangan anak muda. Menurut Kamody & Bloch perlunya memberikan perhatian serius terhadap masalah ini, terutama karena banyak anak muda menghadapi risiko masalah kesehatan mental yang lebih serius, termasuk peningkatan kasus bunuh diri, oleh karena itu pengembangan program pencegahan yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan anak muda sangat penting (Kamody & Bloch, 2023).

Pandangan akan kepedulian tentang kesehatan mental yang belum baik di Indonesia menjadi awal dari munculnya akun instagram yang peduli seputar kesehatan mental dan kesejahteraan keluarga untuk memberikan edukasi seputar pentingnya sadar dengan kesehatan mental. Akun Instagram @laki_gib atau kepanjangan dari Lembaga Advokasi

Keluarga Indonesia adalah salah satu akun yang konsisten menyampaikan informasi seputar kesehatan mental di kalangan anak muda dan keluarga .

Gerakan Indonesia Beradab (GIB), yang berfungsi sebagai organisasi payung untuk Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia, telah mendapatkan dukungan dari lebih dari 200 kelompok masyarakat di seluruh Indonesia. GIB berkomitmen untuk membangun peradaban Indonesia yang tinggi dan mulia yang didasarkan pada pengembangan keluarga sebagai sistem terkecil dari dasar peradaban. GIB telah menyelenggarakan sejumlah acara sukses, termasuk GIB Award, Sekolah Ilmu Keluarga I dan II, serta Deklarasi Yogyakarta tentang Martabat Manusia 2016.

Akun @laki_gib terkonfirmasi telah aktif sejak tahun 2021 dengan jumlah pengikut 1.260 pada instagram. Berdasarkan observasi penulis, akun instagram @laki_gib diperkenalkan sebagai salah satu akun yang memberi informasi seputar keluarga tangguh, namun Laki juga tengah fokus dengan kesehatan mental bagi anak muda terutama Gen Z. hal ini dibuktikan dengan konten-konten visual seputar kepedulian terhadap kesehatan mental bagi remaja serta Laki bersama Rumpun Nurani memiliki program *monitoring school based mental health* ,dimana program ini berisi monitoring sesi psikoedukasi di lingkungan sekolah . tujuan dari program ini ialah untuk membantu siswa memahami pentingnya kesehatan mental dan mengenali kondisi mental mereka dengan baik.

Laki memiliki tujuan utama di mana membentuk keluarga tangguh bagi masyarakat dengan memulai dari anak-anak muda yang kelak akan membangun keluarga di masa depan. Seperti yang kita tahu banyak sekali anak muda yang mengalami gangguan kesehatan mental yang berlatar belakangkan keluarga. Maka dari itu laki memiliki misi yaitu menyelamatkan masa depan dengan membentuk anak muda yang siap dan tangguh.

Di era globalisasi, teknologi baru dapat membantu masyarakat mendapatkan informasi yang diperlukan dengan cara yang praktis dan efektif, termasuk informasi mengenai kesehatan mental. Salah satu kemajuan teknis adalah munculnya media berbasis internet yang dapat diakses melalui komputer dan ponsel, yaitu media sosial. Media sosial telah mengubah cara individu berinteraksi dalam masyarakat di berbagai disiplin ilmu, termasuk komunikasi pemasaran, komunikasi politik, dan komunikasi dalam sistem pendidikan. Media sosial telah merevolusi komunikasi dari yang tradisional menjadi modern dan sepenuhnya digital, membuatnya lebih efektif (Setiadi, 2016).

Menurut Beyari meskipun media sosial dapat meningkatkan masalah kesehatan

mental, fitur tertentu, seperti *game*, mungkin memiliki dampak yang lebih kecil dibandingkan dengan aspek lainnya. Hal ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam memahami hubungan antara media sosial dan kesehatan mental (Beyari, 2023). Sementara itu, menurut Zafar perlunya menekankan kampanye kesadaran publik untuk mengedukasi masyarakat tentang bahaya penggunaan media sosial yang berlebihan, sekaligus mendorong perilaku online yang lebih sehat, khususnya di kalangan remaja (Zafar Habiba, 2024).

Kesehatan mental kini menjadi salah satu isu utama di seluruh dunia, terutama di kalangan generasi muda. Pada tahun 2023, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa media sosial, khususnya Instagram, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental. Studi oleh Angela et al. (2023) menunjukkan bahwa penggunaan elemen visual dan naratif dalam kampanye kesehatan mental dapat meningkatkan pemahaman dan respons emosional audiens, yang penting dalam konteks persuasif. Konten yang *relatable* dapat mengurangi stigma seputar kesehatan mental dan mendorong audiens untuk mencari bantuan.

Sedangkan Enjelita mengungkapkan bahwa selain sebagai platform untuk berekspresi, Instagram juga berperan sebagai media edukasi tentang kesehatan mental. Dengan pengguna Instagram di Indonesia mencapai 33,90 juta orang dan generasi Z sebagai kelompok mayoritas platform ini memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan mental di kalangan pengguna muda (Enjelita Moenandar et al., 2022).

Komunikasi persuasif pada media sosial Instagram dapat mengambil banyak bentuk, termasuk gambar visual yang menawan dan alur cerita yang penuh emosi. Menurut penelitian, taktik yang melibatkan mikro-influencer lebih efektif dalam menjangkau konsumen Gen Z dibandingkan dengan influencer besar karena mereka lebih dipercaya dan dianggap lebih nyata (Pozharliev et al., 2022). Kampanye Instagram, dengan taktik komunikasi yang tepat, dapat membantu mengurangi stigma seputar kesehatan mental dan mendorong orang untuk mencari bantuan saat mereka membutuhkannya (Daly et al., 2022).

Hal ini menguntungkan bagi laki-laki karena, melalui media sosial, laki-laki secara aktif menyediakan informasi tentang kesehatan mental, berfungsi sebagai tempat berlindung bagi orang-orang yang menderita penyakit mental, dan secara aktif menyelenggarakan acara berkelanjutan untuk mendidik dan meningkatkan kesadaran tentang masalah kesehatan mental di kalangan masyarakat Indonesia. Instagram telah muncul sebagai salah satu

platform media yang paling sukses untuk mendidik masyarakat tentang kesehatan mental. Ini karena Instagram memiliki tingkat keterlibatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan situs media sosial lainnya.

Data analitik dari Instagram menunjukkan adanya lonjakan interaksi (likes, shares, comments) pada konten yang berfokus pada kesehatan mental, dengan peningkatan hingga 80% dalam engagement rate selama masa pandemi. Ini menunjukkan bahwa konten yang ditawarkan oleh akun seperti @laki_gib memiliki potensi untuk meraih perhatian dan membangun komunitas. Penelitian mengenai demografi pengguna Instagram menunjukkan bahwa Generasi Z, dengan rentang usia 18-25 tahun, cenderung lebih terbuka untuk berbicara tentang isu kesehatan mental dibandingkan generasi sebelumnya. Ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk memahami mengapa pendekatan persuasif di kalangan mereka perlu diterapkan.

Meskipun Instagram memberikan peluang yang sangat baik untuk meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental, masih ada masalah, seperti kemungkinan penyebaran informasi yang salah dan dampak buruk yang mungkin ditimbulkan oleh penggunaan media sosial (Dirks et al., 2024). Dengan metodologi yang mendalam, studi ini bertujuan untuk mengungkap wawasan mendalam tentang bagaimana komunikasi persuasif di Instagram dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental di kalangan Generasi Z. Namun, dampak negatif dari Instagram juga tidak dapat diabaikan. Penelitian Widyasari dengan judul Pengaruh Terpaan Informasi kesehatan mental terhadap Sikap *Followers* di Media Sosial Instagram menyatakan bahwa paparan informasi kesehatan mental di media sosial dapat memengaruhi sikap pengikutnya, baik secara positif maupun negatif (Widyasari et al., 2023). Sedangkan Liesey menambahkan bahwa ada korelasi antara intensitas penggunaan Instagram dengan gangguan mental di kalangan mahasiswa, meskipun interaksi positif di platform ini juga dapat mendukung kesehatan mental (Liesey et al., 2023). Di sisi lain, risiko seperti kecemasan dan depresi dapat diperburuk oleh fenomena perbandingan sosial dan tekanan untuk tampil sempurna di media sosial (Titisuk et al., 2023).

Dalam rangka mencapai tujuan ini, penelitian ini akan menganalisis berbagai pesan komunikasi yang digunakan di Instagram, termasuk penggunaan visual, narasi, dan keterlibatan komunitas. Dengan pendekatan yang berbasis bukti, diharapkan dapat diidentifikasi praktik terbaik yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental di kalangan Gen Z (Angela et al., 2023). Selain itu, penelitian ini juga akan mempertimbangkan faktor dari komunikasi persuasif, seperti konteks sosial dan budaya,

serta respons emosional pengguna terhadap konten yang disajikan (Kamarulzaman et al., 2020). Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk mengambil judul “Komunikasi Persuasif Instagram Laki_Gib dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental Gen Z”.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana @laki_gib menggunakan komunikasi persuasif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Menganalisis bagaimana @laki_gib menggunakan komunikasi persuasif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi studi komunikasi, khususnya dalam memahami peran media sosial sebagai alat komunikasi persuasif untuk isu-isu kesehatan mental.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan bagi kreator konten dalam menciptakan pesan komunikasi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental.

1.5 Sistematika Penulisan

Penulisan ini dibagi menjadi beberapa bab sebagai berikut:

1. Bab 1: Pendahuluan – Membahas latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.
2. Bab 2: Kajian Pustaka – Mengulas teori-teori komunikasi persuasif, peran media sosial, dan kesehatan mental.
3. Bab 3: Metodologi Penelitian – Menjelaskan metode, pendekatan, dan teknik analisis yang digunakan.
4. Bab 4: Hasil dan Pembahasan – Memaparkan temuan penelitian serta interpretasi data.
5. Bab 5: Penutup – Memberikan kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.