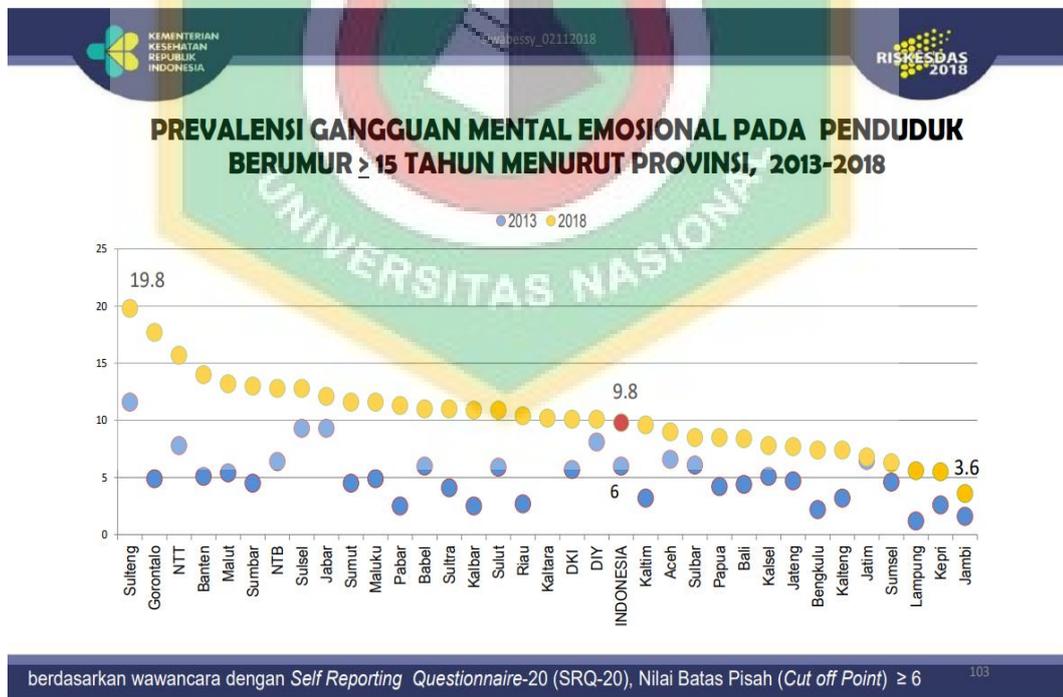


# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Gangguan Kesehatan Mental adalah hal yang perlu diperhatikan sama pentingnya dengan Kesehatan Fisik pada manusia, karena Kesehatan merupakan hal yang perlu diutamakan oleh manusia, dikarenakan kondisi tubuh yang baik dan sehat akan mendukung segala aktivitas tubuh manusia untuk kegiatan yang akan dijalani, menurut *World Health Organization (WHO)* kesehatan itu sendiri adalah keadaan sempurna, baik fisik, mental, maupun sosial dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat.



**Gambar 1.1 Data Gangguan Kesehatan Mental dari RISKESDAS 2018**

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 menunjukkan bahwa 9,8% Masyarakat Indonesia mengalami Gangguan Kesehatan Mental secara emosional pada penduduk diatas 15-24 Tahun, yaitu usia dimulainya masa Remaja, jumlah tersebut mengalami peningkatan dari tahun 2013. Ketika manusia memasuki usia yang lebih produktif, yaitu masa remaja menuju dewasa dan mulai banyak melakukan aktivitas, penting untuk memperhatikan Kesehatan, selain Kesehatan Fisik, Kesehatan Mental perlu diperhatikan juga, menurut Pieper dan Uden Kesehatan Mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, memiliki kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

Kesehatan Mental menjadi sangat penting ketika manusia mengalami perubahan besar dalam kehidupannya, seperti ketika Pandemi Covid-19 terjadi, perubahan waktu untuk melakukan aktivitas, seperti bekerja sampai larut malam sehingga kekurangan waktu tidur, buruknya pembagian waktu untuk melakukan aktivitas juga memberikan pengaruh yang tidak baik untuk kesehatan. Kesehatan Mental menurut *WHO* adalah kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stress kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan memberikan hasil, serta

berperan di komunitasnya.<sup>1</sup> Tekanan dari berbagai sisi seperti perekonomian, kehidupan sosial, komunikasi yang buruk menjadi permasalahan ketika Pandemi melanda, Terjadi pengurangan karyawan dimana-mana, pembatasan penerimaan pekerja dan penerimaan mahasiswa yang ingin melakukan Praktek Kerja Lapangan memberikan dampak negatif bagi mereka yang ingin menyelesaikan perkuliahan namun memiliki rintangan yang begitu sulit untuk dilalui.

Fenomena mengenai Gangguan Kesehatan Mental yang mulai meningkat pada saat Indonesia dan negara lainnya dilanda masa Pandemi Covid-19 dan menunjukkan, selama pandemi Covid-19 hingga Juni 2020, ada sebanyak 277 Ribu kasus Kesehatan Jiwa di Indonesia yang mengalami peningkatan dari 197 Ribu orang pada tahun 2019 Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan (KEMENKES).<sup>2</sup> Karena selama pandemi Covid-19 Sekolah, Kampus dan Tempat Belajar lainnya ditutup hingga terjadilah pembatasan diri dimulai dari kurangnya sosialisasi selayaknya mengobrol dengan teman di sekolah atau di kampus dan kantor, situasi yang membuat orang-orang kesulitan untuk bersosialisasi dengan orang luar, sehingga memimbulkan rasa kecemasan dan perasaan terisolasi yang membebani.

Melalui sebuah Artikel berjudul “Menenal Isu Kesehatan Mental dan Bagaimana Tantangannya di Indonesia” yang diterbitkan oleh BEM Fakultas Teknik UI, Indonesia merupakan negara yang masih tabu terkait masalah

---

<sup>1</sup> Achmad Chasina Aula, “Paradigma Kesehatan Mental”, UnairNews, 10 Oktober 2019, (<https://news.unair.ac.id/2019/10/10/paradigma-kesehatan-mental/?lang=id>) diakses pada 12 April 2022

<sup>2</sup> Denny Susanto, “Kasus Gangguan Jiwa Meningkat Selama Masa Pandemi”, Humaniora (<https://mediaindonesia.com/humaniora/352006/kasus-gangguan-jiwa-di-indonesia-meningkat-selama-masa-pandemi>), diakses pada 12 April 2022

kesehatan mental<sup>3</sup> dalam artikel “Mengenal isu Kesehatan Mental dan Bagaimana Tantangannya di Indonesia” terdapat stigma terhadap orang dengan Gangguan Kesehatan mental yang dianggap berbeda dengan masyarakat pada umumnya, dengan begitu terdapat perlakuan yang berbeda terhadap mereka yang mengidap gangguan pada Kesehatan mentalnya seperti memberikan *labelling*, stereotip, pengucilan, sehingga orang-orang dengan gangguan Kesehatan Mental mengasingkan diri dan menjadi kurang terbuka terhadap orang lain. Kurangnya pemahaman tentang Kesehatan Mental menjadi alasan mengapa Tindakan Buruk itu terjadi..

Kesehatan Mental memiliki stigma atau nilai yang buruk di mata masyarakat Indonesia<sup>4</sup>, kebanyakan masyarakat menganggap pengidap gangguan Kesehatan mental orang-orang yang aneh, dan dianggap berbeda dengan manusia lainnya, pengidap gangguan Kesehatan Mental merasa dikucilkan sehingga kebanyakan dari mereka tidak mau berkonsultasi dengan Psikiater yaitu orang yang memiliki kemampuan untuk mendampingi para pengidap gangguan Kesehatan mental dan justru memilih bungkam, hasilnya Kementerian Kesehatan mengeluarkan data seperti di atas.

Berdasarkan Artikel “Mengenal Isu Kesehatan Mental dan Bagaimana Tantangannya di Indonesia” Karena pemahaman masyarakat Indonesia yang masih kurang terbuka terhadap Kesehatan Mental banyak merugikan orang lain,

---

<sup>3</sup> Dina Fadillah Salma, “Mengenal Isu Kesehatan Mental dan Tantangannya di Indonesia”, (<https://bem.eng.ui.ac.id/index.php/2021/05/24/mengenal-isu-kesehatan-mental-dan-tantangannya-di-indonesia>) Diakses pada 12 April 2022

<sup>4</sup> Satira, “Stigma Buruk Gangguan Kesehatan Mental Hambat Pemulihan Pasien”, ugm.ac.id, 19 Januari 2022, (<https://ugm.ac.id/id/berita/22185-stigma-buruk-gangguan-kesehatan-mental-hambat-pemulihan-pasien>) diakses pada 14 April 2022

dan terjadi salah penanganan kepada mereka yang menderita gangguan Kesehatan mental dan terjadi *Self-Diagnosis* terhadap diri sendiri karena mengalami tekanan dan merasa bahwa dirinya mengidap gangguan Kesehatan Mental.

Keterbatasan pemahaman dan pengetahuan yang dimiliki oleh kebanyakan masyarakat tidak lepas dari kepercayaan dan nilai tradisi budaya yang menganggap bahwa gangguan pada mental disebabkan karena adanya hal-hal supernatural atau takhayul sehingga mereka selalu mengatakan bahwa orang-orang yang mengalami gangguan pada mentalnya adalah orang-orang yang jauh dari Tuhan, dan menganggap itu adalah aib yang dimiliki orang-orang tersebut, akibatnya mereka menolak untuk ditangani dengan orang yang memang memiliki keahlian di bidang tersebut. Diskriminasi yang diterima oleh mereka dalam bentuk perlakuan kasar, penghinaan, bahkan perundungan, hingga keluarga dari orang yang memiliki gangguan mental pun dijauhi oleh masyarakat.

Perundungan dan Diskriminasi yang diterima orang-orang dengan gangguan Kesehatan Mental menjadikan seseorang itu lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan *Smartphone* karena terlalu membatasi diri untuk berinteraksi dengan orang lain dan kurangnya bersosialisasi dengan dunia luar. Dampak dari Diskriminasi ini yang menjadikan para penderita gangguan Kesehatan Mental mencari cara alternatif untuk mencari jawaban atas penderitaan yang mereka rasakan selama ini.

*Smartphone* merupakan versi terbaru dari Telepon pada umumnya, karena adanya *Internet* sebagai pendukung atau komponen yang melengkapi keberadaan

*Smartphone* atau Telepon Pintar, saat ini *Smartphone* dimiliki oleh banyak manusia di belahan dunia manapun, karena kecanggihan dan keefisienan Ketika menggunakan *Smartphone*. Di Indonesia penggunaan *Smartphone* mencapai 370,1 Juta pada Januari 2022 berdasarkan data yang dimiliki Perusahaan Riset DataReportal<sup>5</sup>

Menurut Wakil Presiden Eksekutif PT Symbian OS, David Wood mengatakan yang membedakan telepon genggam biasa dengan *Smartphone* adalah dengan menggunakan 2 cara fundamental yaitu terbuat dari apa dan apa saja yang dapat dilakukan oleh kedua telepon tersebut, karena terdapat perbedaan yang signifikan diantara keduanya. <sup>6</sup>

Penggunaan *Smartphone* memberikan manfaat kepada penggunanya karena mampu memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, menjadi media hiburan, menambah pengetahuan dengan kemampuan *Browsing* yang dimiliki oleh *Smartphone*, serta mampu mengakses *Internet* dengan lebih cepat dan mudah, hal ini sangat menguntungkan penggunanya.

*Internet* atau *Interconnected Network* adalah sebuah sistem komunikasi global yang menghubungkan komputer-komputer dengan jaringan komputer di seluruh dunia. Istilah *Internet* berasal dari Bahasa latin *inter*, yang berarti “antara” sedangkan *Network* adalah jaringan, hubungan antara komputer-komputer melalui

---

<sup>5</sup> Dicky Prasty, “Jumlah Perangkat Seluler di Indonesia Capai 370,1 Juta pada 2022”, Suara.com, 21 Februari 2022, (<https://www.suara.com/tekno/2022/02/21/165644/jumlah-perangkat-seluler-di-indonesia-capai-3701-juta-pada-2022>) diakses pada 16 Maret 2022

<sup>6</sup> Intan Trivena Maria Daeng, N.N Mewengkang, Edmon R Kalesaran, “Penggunaan *Smartphone* Dalam Menunjang Aktivitas Perkuliahan Oleh Mahasiswa Fispol Unsrat Manado” e-Journal Acta Diurna Volume VI. No. 1. Tahun 2017, Hal 4

jaringan untuk mengirim dan menerima informasi adalah bentuk representasi dari istilah tersebut.

*Internet* juga memberikan fungsi lain selain memberikan hiburan kepada penggunanya, salah satu manfaat yang dapat dirasakan adalah penggunaan *internet* sebagai teknologi informasi dan komunikasi yaitu sebagai alat untuk mendapatkan data guna penelitian, menjadi sarana komunikasi untuk memperluas pergaulan dan mendapatkan relasi baru, tentu dengan perangkat yang membantu penerimaan informasi ini bisa terjadi yaitu dengan menggunakan *Smartphone* yang dilengkapi fitur *internet*.

Penggunaan *Smartphone* yang dilengkapi fitur *Internet* memberikan dampak baik kepada para pemilik *Smartphone*, karena kecanggihan perangkat tersebut memudahkan pengguna untuk mendapatkan informasi terkini atau informasi lain yang ingin diketahui dengan hanya mengetik kata kunci atau *keyword* dalam mesin pencarian atau platform lainnya yang tersedia di *Smartphone* seperti Google Chrome, Mozilla Firefox, Yahoo!, dan kini muncul Platform Digital yaitu Media Sosial yang memfasilitasi para penggunanya untuk bersosialisasi saling berkomunikasi dan membagikan konten berupa tulisan, foto, dan video.

Media Sosial adalah platform digital yang paling diminati, artikel yang dibuat oleh dataindonesia.id berdasarkan laporan dari **Hootsuite (We Are Social)**

terdapat 191,4 Juta pengguna Media Sosial pada Januari 2022<sup>7</sup>, alasan menggunakan media sosial secara garis besar adalah untuk bersosialisasi tanpa bertemu langsung dengan seseorang, tidak perlu memikirkan jarak dan waktu yang biasa menghambat pertemuan diantara kedua belah pihak, dan pengguna bisa mendapatkan informasi mengenai hal-hal yang ingin mereka ketahui atau informasi yang sedang hangat menjadi perbincangan.

Penggunaan Media Sosial pada kehidupan sehari-hari merupakan perubahan yang dialami pada kehidupan modern sekarang, dikarenakan aktivitas sehari-hari yang biasa dilakukan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik dan efisien, contohnya adalah bersosialisasi. Pekerjaan yang berhubungan dengan Media Sosial adalah *Influencer*, *Content Creator*, *Content Writer*, dan *Social Media Specialist*, pekerjaan ini melibatkan *Advertising* atau Promosi yang dapat menarik perhatian, menggunakan Teknik Komunikasi Persuasif yang bisa memberikan impact atau pengaruh kepada jasa dan produk yang ditawarkan sehingga menguntungkan pemilik usaha. Pembuat iklan bisa mempromosikan produk atau jasa mereka melalui media sosial, hal ini mampu mempersingkat waktu dan bisa menarik lebih banyak calon pembeli karena persebaran pengguna media sosial tanpa harus bertemu dengan calon pembeli, sama halnya dengan Pers memberikan informasi yang mampu menarik perhatian para pembacanya.

Pers adalah perusahaan yang melakukan kegiatan Jurnalisme, kegiatan jurnalisme yang dilakukan adalah mencari, mengumpulkan, mengelola,

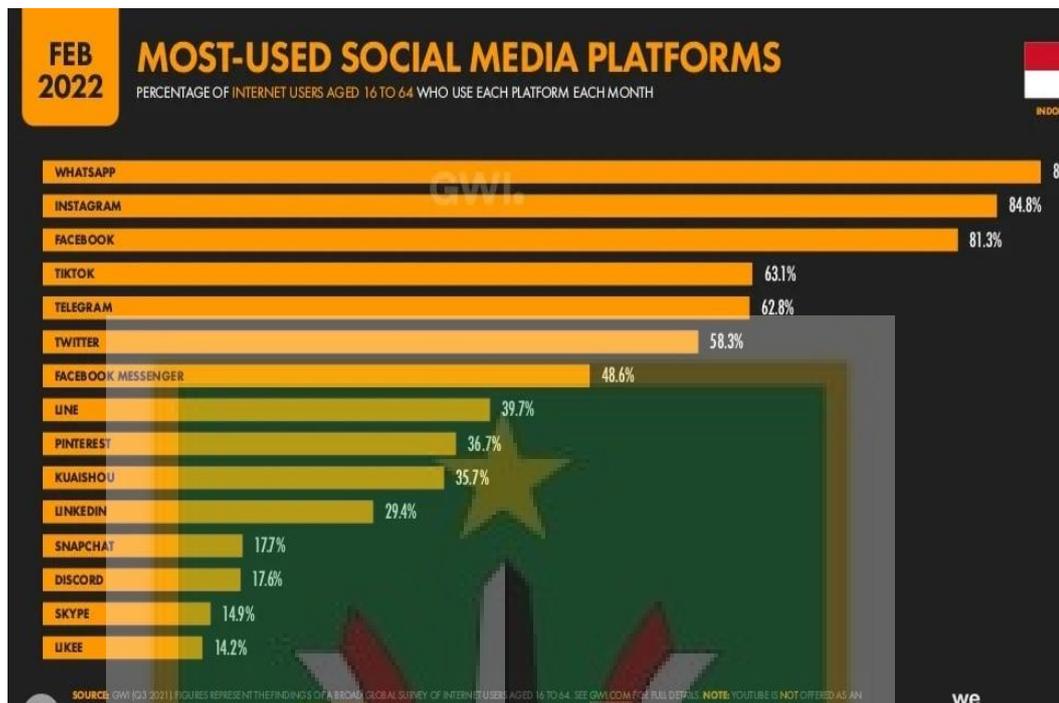
---

<sup>7</sup> M Ivan Mahdi, "Pengguna Media Sosial di Indonesia Capai 191 Juta pada 2022", dataindonesia.id, 25 Februari 2022, (<https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-capai-191-juta-pada-2022>) diakses pada 18 Maret 2022

menyajikan penulisan, dan menyampaikan berita kepada khalayak. Penulis berita pada umumnya melampirkan berita di surat kabar, siaran televisi, atau siaran radio, namun *Smartphone* dan *Internet* membuat perubahan yang lebih modern yaitu dengan penyajian berita dalam Platform digital, bisa berupa Website atau Media Sosial, dengan begitu berita menjadi lebih cepat disebarluaskan dan diterima oleh masyarakat luas yang juga menggunakan *internet*.

Penulis berita dalam sebuah Website resmi memiliki Editor berita yang juga berasal dari perusahaan yang sama dengan penulis, sedangkan untuk berita atau informasi dari media sosial memiliki Sosial Media Manager, yaitu orang yang bertanggung jawab dalam sebuah perusahaan untuk memonitor, mengeksekusi, serta menyaring sebuah konten sebelum diunggah di media sosial.

Di dunia maya atau dunia *internet* pengguna bisa mengunggah atau menanggapi apa saja, namun pengguna harus mampu mempertanggungjawabkan perbuatan yang dilakukan dengan menggunakan akun pribadi pengguna di Media Sosial, contohnya adalah dalam bentuk komentar opini pribadi terhadap isu-isu yang bisa mengundang perhatian pengguna lainnya, maka dari itu bijaklah dalam menggunakan Media Sosial agar tidak mengundang keributan dan merugikan diri sendiri di kemudian hari.



**Gambar 1.2 Media Sosial Yang Sering Digunakan di Indonesia**

Media Sosial mencakup beberapa Aplikasi yang mampu memberikan fasilitas untuk mengunggah konten tulisan, gambar dan video. Aplikasi Media Sosial yang memiliki banyak peminat di Indonesia berdasarkan data dari Hootsuite (We Are Social) pada tahun 2022 adalah *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*, *Tiktok*, dan *Telegram*, dengan *Whatsapp* sebagai media sosial paling banyak digunakan oleh pengguna Media Sosial di Indonesia, *WhatsApp* persentasenya menyentuh 88,7%, disusul oleh *Instagram* dengan persentase 84,8%, *Facebook* dengan persentase 81,3%, *Tiktok* 63,1%, dan *Telegram* 62,8% diikuti media sosial lainnya.<sup>8</sup>

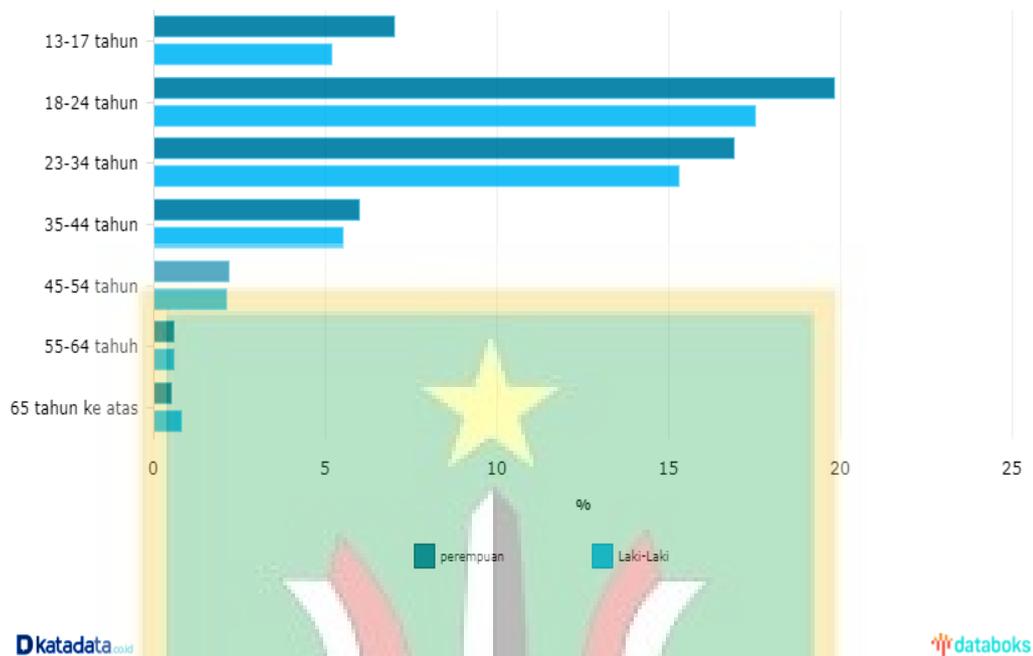
<sup>8</sup> Andi Dwi Riyanto, "Platform Media Sosial yang Banyak digunakan di Indonesia Tahun 2022", andi.link, Februari 2022, (<https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2022/>), diakses pada 18 Maret 2022

Cara bekerja sebuah akun media sosial adalah dengan mengunggah foto atau video yang dilengkapi keterangan berupa tulisan mengenai foto atau video yang baru saja diunggah. Lalu foto atau video itu akan mendapatkan respon atau *feedback* yang berbeda-beda dari para pengguna media sosial lainnya, bisa berupa like atau suka karena menyukai unggahan tersebut, bisa juga berbentuk komentar baik positif atau negatif mengenai unggahan. Karena setiap postingan yang ada di Media Sosial memiliki tanggung jawab yang harus dilakukan oleh pengunggahnya jika ada beberapa pihak merasa dirugikan karena postingan yang telah dibuat atau diunggah ke Media Sosial.

Media Sosial yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah Media Sosial *Instagram*, yang dibuat pada tahun 2010 oleh Perusahaan Bernama Burbn, Inc. yang didirikan oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger yang saat ini menjabat sebagai CEO *Instagram*. Awalnya Media Sosial *Instagram* hanya memiliki fitur posting foto, likes, dan komentar. Perkembangan fitur-fitur yang ada pada *Instagram* mengalami kemajuan seiring dengan berkembangnya zaman, hingga kini banyak fitur baru yang sudah ditambahkan dalam Media Sosial *Instagram*.

Pemilihan Instagram sebagai Media Sosial yang ingin diteliti adalah karena, Instagram merupakan salah satu Media Sosial yang sangat diminati di Indonesia, dan rata-rata pengguna Instagram adalah orang-orang yang ada pada golongan usia produktif yaitu 18-24 tahun, dimulainya masa remaja menuju dewasa. Instagram dapat mempengaruhi penggunaannya sesuai dengan kebutuhan pengguna itu sendiri.

Pengguna Instagram Berdasarkan Kelompok Usia & Jenis Kelamin (Oktober 2021)



**Gambar 1.3 Pengguna Instagram berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin**

**Sumber: Napoleon Cat, Nov 2021**

Penggunaan Media Sosial *Instagram* pada tahun 2021 berdasarkan data yang dirilis oleh **Napoleon Cat** pada Oktober 2021 di Indonesia mencapai hingga 91,01 Juta pengguna yang didominasi oleh para golongan usia produktif yaitu 18-24 tahun yakni sebanyak 33,90 juta. Dengan jumlah 19,8% pengguna perempuan dan 17,5% pengguna laki-laki.<sup>9</sup> Pada tahun 2022 berdasarkan data yang dikeluarkan oleh **DataReportal** pengguna *Instagram* di Indonesia mencapai 99,15 juta orang atau setara 35,7% dari jumlah populasi dan didominasi oleh pengguna

<sup>9</sup> Cindy Mutia Annur, “Ada 91 Juta Pengguna Instagram di Indonesia Mayoritas Usia Berapa?”, databoks, 15 November 2021 (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/15/ada-91-juta-pengguna-instagram-di-indonesia-mayoritas-usia-berapa#:~:text=Laporan%20Napoleon%20Cat%20menunjukkan%2C%20ada,yakni%20sebanyak%2033%2C90%20juta>), diakses pada 8 April 2022

perempuan dengan jumlah 52,3% dan sisanya pengguna laki-laki dengan jumlah 47,7% <sup>10</sup>Peningkatan yang terjadi pada setiap bulannya menjadikan Instagram sebagai salah satu media sosial yang paling diminati di Indonesia.

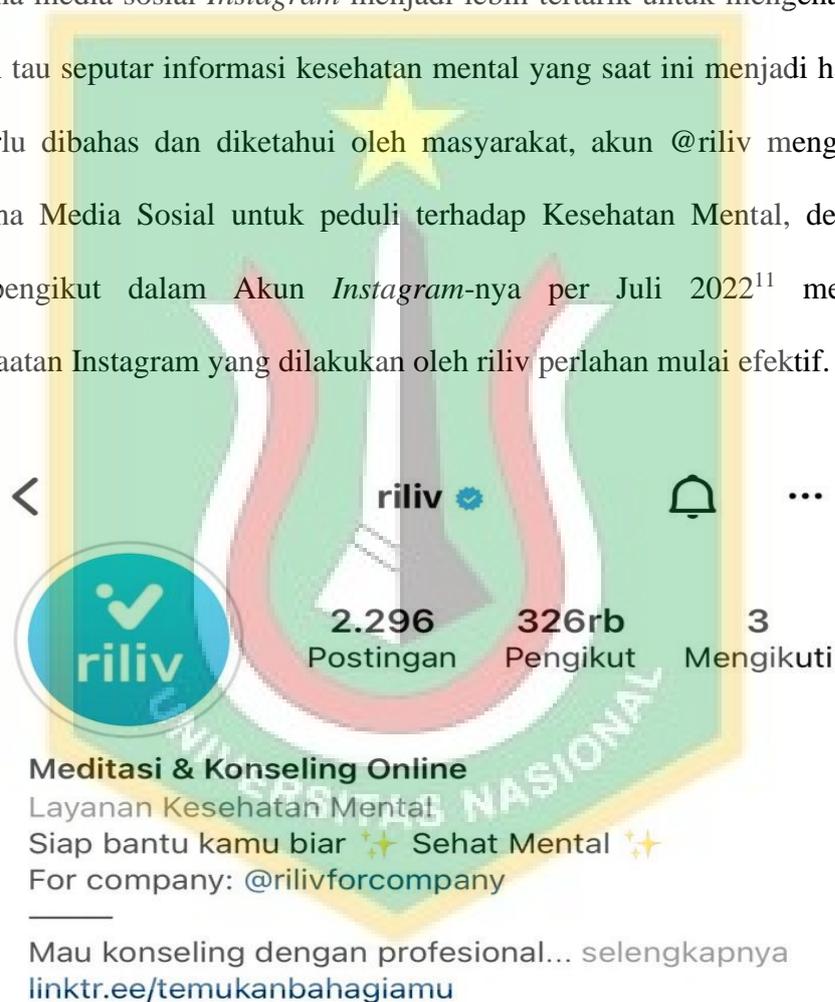
Media Sosial memiliki manfaat yang baik dengan kehadiran Akun Besar atau Akun Resmi milik suatu organisasi yang diakui dalam artian akun yang diketahui banyak orang yaitu Akun-akun yang memiliki pengaruh besar bagi para pengguna lainnya, seperti akun *Influencer*, akun Info tentang Pariwisata, Transportasi Umum, dan Info Daerah tertentu seperti akun *Instagram* @depok24jam (396.000 pengikut) atau akun @jktinfo (3.000.000 pengikut). Selain itu Pemerintah Resmi Indonesia juga memiliki akun Media Sosial resmi seperti akun @kemenkes\_ri (2.500.000 pengikut) milik Kementerian Kesehatan atau akun @kemdikbud.ri (2.400.000 pengikut) milik Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang memiliki pengikut dengan jumlah banyak pada akun *Instagram* milik pemerintah tersebut. Akun-akun besar yang memiliki banyak pengikut adalah akun-akun yang bersifat informatif, membagikan informasi-informasi yang dibutuhkan seperti informasi mengenai Cuaca, Bencana Alam, Transportasi, Lalu Lintas, dan sebagainya, atau akun yang bersifat edukatif karena memberikan edukasi, tips, dan trik untuk melakukan sesuatu seperti akun @kokbisa (756.000 pengikut) yang memberikan penjelasan atas rasa penasaran pengguna lewat video, infografik, dan diskusi melalui fitur interaksi dalam

---

<sup>10</sup> Dicky Prastya, "Jumlah Pengguna Media Sosial Indonesia Capai 191,4 Juta per 2022", (<https://www.suara.com/tekno/2022/02/23/191809/jumlah-pengguna-media-sosial-indonesia-capai-1914-juta-per-2022>, Diakses pada 8 April 2022)

*instagram* atau akun yang sekadar memberikan guyonan hiburan bagi para pengguna Media Sosial seperti akun *Instagram* @awrekeh.

Melalui Media Sosial *Instagram* akun @riliv yaitu akun *Instagram* yang membahas seputar masalah Kesehatan Mental di Indonesia mengajak para pengguna media sosial *Instagram* menjadi lebih tertarik untuk mengenal isu atau mencari tau seputar informasi kesehatan mental yang saat ini menjadi hal penting dan perlu dibahas dan diketahui oleh masyarakat, akun @riliv mengajak para pengguna Media Sosial untuk peduli terhadap Kesehatan Mental, dengan 326 Ribu pengikut dalam Akun *Instagram*-nya per Juli 2022<sup>11</sup> menjelaskan pemanfaatan *Instagram* yang dilakukan oleh riliv perlahan mulai efektif.



**Gambar 1.4 Profil Instagram Akun @riliv**

Pesan yang disampaikan oleh akun riliv dalam postingan mereka menyadarkan penulis bahwa hal-hal yang sederhana juga bisa membuat

<sup>11</sup> <https://instagram.com/riliv?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

memperngaruhi Kesehatan Mental. Setiap postingan akun @riliv memberikan penjelasan singkat mengenai apa itu penyakit yang disebabkan oleh pengaruh gangguan pada Kesehatan mental.

Pemilihan akun Instagram @riliv sebagai akun yang ingin diteliti adalah karena konten yang diberikan akun @riliv sangat menarik dan selalu update menggunakan fitur-fitur terbaru dari Instagram, seperti penggunaan Reel yang baru-baru ini hadir di Instagram. Menampilkan sebuah video dengan durasi yang cukup lama dari biasanya yang dibatasi hanya 60 detik di Feed Instagram. Konten yang disajikan oleh akun @riliv sangat beragam dan selalu menggunakan fitur yang berbeda-beda, seperti menggunakan Feed, Instagram Story, Reel, bahkan Polling yang bisa mengajak Followers ikut serta di dalamnya untuk menyebarkan informasi mengenai Kesehatan Mental sehingga audience tidak merasa bosan dengan sajian konten yang diunggah menggunakan fitur yang itu-itu saja.

Pembahasan tentang kesehatan mental di media sosial perlahan menjadi hal yang biasa diperbincangkan, bahkan beberapa *Public Figure* ternama yang punya pengaruh besar di dunia entertainment atau Media Sosial mengakui kepada media bahwa mereka memiliki gangguan pada Kesehatan Mental seperti Marshanda mengidap Bipolar, Ariel Tatum mengidap Borderline Personality Disorder, Rachel Venny mengidap Bipolar Disorder, Vidi Aldiano yang mengidap Anxiety Attack namun dengan begitu mereka memberikan pengakuan tentang gangguan mental dan tidak menutup-nutupi dan mengajak orang-orang dengan penyakit serupa untuk mengunjungi orang yang ahli dalam bidang tersebut, seperti Psikiater. Meskipun awalnya sulit untuk mengakui diagnosa Gangguan Mental,

pada akhirnya akan diungkapkan juga. Secara tidak langsung pengikut dari akun *Instagram influencer* tersebut mendapatkan ilmu dan menjadi lebih peduli terhadap Kesehatan Mental.<sup>12</sup> Penggunaan Media Sosial sebagai sarana berbagi informasi kepada masyarakat adalah salah satu dampak positif penggunaan *Internet*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang yang telah dipaparkan maka rumusan masalah ini adalah “*Bagaimana Pemanfaatan Media Sosial Instagram Sebagai Sarana Informasi Kesehatan Mental Oleh Akun @riliv?*”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui dan menganalisa Pemanfaatan Media Sosial *Instagram* Sebagai Sarana Informasi Kesehatan Mental Oleh Akun @riliv.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tiga manfaat yang berbeda yaitu manfaat teoritis, manfaat akademis, dan manfaat praktis. Berikut Penjelasaannya:

**1.4.1** Manfaat Teoritis, Hasil Penelitian diharapkan mampu memberikan pengetahuan baru untuk dunia komunikasi, Diharapkan bisa memotivasi dunia jurnalistik untuk mencoba hal-hal baru dalam menyampaikan informasi dan berita, dan bisa menjadi sumber pembelajaran pada materi media jurnalistik.

---

<sup>12</sup> Ester Sondang, “Penuh Perjuangan, Ini Cerita Artis yang Mengalami Gangguan Mental”, [id.theasianparent.com](https://id.theasianparent.com/artis-yang-mengidap-gangguan-mental), (<https://id.theasianparent.com/artis-yang-mengidap-gangguan-mental>) diakses pada 26 Juni 2022

**1.4.2** Manfaat Akademis, penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi untuk penelitian pemanfaatan Instagram sebagai sarana informasi berikutnya.

**1.4.3** Manfaat Praktis, Manfaat bagi Peneliti adalah untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai media sosial sebagai media informasi kesehatan mental, Manfaat bagi Mahasiswa sebagai pembelajaran mengenai mata kuliah jurnalistik, dan Manfaat bagi Masyarakat, untuk membuat mereka lebih peduli dan mengalami kemajuan dalam menggunakan media sosial.

### **1.5 Sistematika Penulisan**

Sistematika Penulisan adalah rangkaian cara penulisan untuk menyelesaikan sebuah Penelitian. Sistematika yang menghubungkan antara pendahuluan, tujuan, hasil, hingga tahap akhir yaitu kesimpulan. Rangkaian Sistematika Penulisan terdiri dari:

#### **BAB I Pendahuluan**

Pendahuluan merupakan tahapan awal dalam menulis sebuah penelitian, pada tahap ini penulis menjelaskan latar belakang mengapa penelitian ini dilakukan, apa tujuan penelitian, dan bagaimana cara melakukan penelitian ini.

#### **BAB II Kajian Pustaka**

Kajian Pustaka merupakan tahap penulis menjelaskan perbandingan atau kebaruan penelitiannya dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya, dan apa nilai terbaru yang dimiliki oleh penelitian ini. Selain itu pada tahap ini, penulis juga menjelaskan dasar-dasar teori yang ada dalam penelitian ini yang dapat mendukung penulisan penelitian ini.

### **BAB III Metode Penelitian**

Metode Penelitian merupakan tahapan penulis menjelaskan metode apa yang akan digunakan untuk menulis penelitian, pada tahap ini peneliti memutuskan akan menggunakan pendekatan penelitian, pengumpulan data, Teknik pengolahan dan analisis data, serta lokasi dan waktu melakukan penelitian.

### **BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Pembahasan merupakan hasil jawaban dari rumusan masalah yang dibuat oleh peneliti, setelah melakukan tahapan sebelumnya dan Menyusunnya dalam sebuah paragraph penjabaran.

### **BAB V Kesimpulan dan Saran**

Kesimpulan adalah bagian akhir dari penelitian, berisi pernyataan pendek yang menjelaskah keseluruhan penelitian ini. Saran adalah bentuk komentar kepada objek penelitian.

