



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pada Dasarnya Kesehatan Pada seorang manusia yaitu tidak hanya meliputi kesehatan fisik saja, menurut (WHO) *World Health Organization*. Arti sehat yang sebenarnya adalah dimana kondisi fiisik, mental dan juga kesejahteraan sosial yang merupakan satu kesatuan, tidak hanya terbebas dari penyakit dan cacat fisik, bagian-bagian tersebut jika selaras akan bisa dikatakan sehat, akan tetapi jika satu bagian atau komponen dari salah satu mengalami kerusakan maka bisa dinyatakan sakit, tidak hanya sakit fisik, namun mental pun dapat dinyatakan sakit atau terganggu, arti dari kesehatan mental adalah merasakan bahagia, memiliki semangat dalam menjalani aktifitas kehidupan sehari-hari, dapat melakukan hal-hal yang positif baik bagi diri sendiri maupun bagi orang-orang sekitar, dan dapat mengontrol perasaan, emosi dan pikiran dengan baik.

Jika dilihat, Terganggunya kesehatan mental yang dirasakan oleh orang tidak lagi merasakan perasaan yang sama ketika pada koindisi sehat mental, Gangguan kesehatan mental yang di alami oleh orang-orang akan sangat berbeda dan beragam, seperti Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*), gangguan kepribadian *Dissosiative Identity Disorder* (DID), gangguan psikotik, gangguan suasana hati *Boderline Personality Disorder* (PSD), ganggua makan, gangguan pengendalian impuls, kecanduan, gangguan obsesif kompulsif (OCD), Gangguan Stress pasca Trauma (PTSD), gangguan *Mood* atau perasaan yang sering berubah ubah dan sulit

dikendalikan (*Bipolar Disorder*), gangguan halusinasi dan sulit membedakan hayalan dan kenyataan, Faktor-faktor yang meningkatkan resiko seseorang dapat mengalami gangguan kesehatan mental adalah seperti berikut, seperti faktor genetic, faktor riwayat keluarga yang memiliki gangguan kesehatan yang serupa, stress berat, kejadian trauma yang dialami, menggunakan obat-obatan terlarang seperti narkotika dan sejenisnya, banyaknya dan beratnya masalah yang dihadapi, dan juga kondisi medis.

Dalam penanganan kasus gangguan kesehatan mental dalam mengetahuinya bahawa seseorang mengalami gangguan tersebut harus membutuhkan diagnonis dari Psikiater atau Psikolog, karena gejala dan penyebab kurang bisa dipahami dengan pasti oleh orang-orang yang kurang faham dan harus membutuhkan pengobatan yang khusus dengan obat-obatan dan juga terapi secara berkala. Oleh sebab itu akan sangat berbahaya jika melakukan pengecekan sendiri tanpa adanya ilmu medis yang pasti atau bisa disebut dengan *selfdiagnosis* kepada mereka atau orang yang memiliki ciri-ciri gangguan kesehatan mental. Bahayanya dari *selfdiagnosis* dapat berdampak sangat buruk kepada orang dengan gejala atau ciri-ciri gangguan kesehatan mental, karena dapat mengakibatkan tindakan salah diagnonis dan bisa membuat gangguan kesehatan yang sebenarnya dialami tidak terdeteksi dan menyebabkan gangguan tersebut semakin parah karena diagnosis yang salah. Oleh karena itu mengapa sangat disarankan untuk datang dan berkonsultasi dengan para ahli tenaga kesehatan mental yang kompeten seperti psikolog dan psikiater, karena dengan begitu akan mendapat diagnosis yang tepat bagi penderita gangguan kesehatan mental dapat dengan terbuka menceritakan apa saja yang telah dialami.

Ini akan sangat membantu penderita untuk lebih baik, dan mendapatkan penanganan perawatan yang tepat dari para ahli.

Gangguan Kesehatan mental merupakan bagian masalah yang dari dulu hingga saat ini masih jarang mendapat perhatian yang serius baik dari masyarakat maupun pemerintah dan begitu juga tentang penanganannya, Dikarenakan masih sangat banyak orang-orang yang belum mengetahui atau tereduksi tentang pentingnya kesehatan mental, mengenai edukasi dan informasi, Betapa bahanya dari gangguan kesehatan mental yang dapat membuat penderita takut untuk berbicara tentang apa yang mereka alami dan rasakan dan mengatakan apa yang sedang dialami. Selain itu stigma buruk yang sudah ada dan melekat di masyarakat bahwa orang yang memiliki gangguan kesehatan mental adalah suatu hal yang memalukan dan juga menyusahkan, sehingga membuat orang-orang yang memiliki ciri-ciri atau gejala gangguan kesehatan mental menjadi enggan untuk membuka diri dan mencoba menceritakan apa yang ia alami kepada orang terdekat terutama keluarga atau teman terdekat, mereka enggan mencoba konsultasi kepada Psikolog dan Psikiater, sehingga penderita atau orang-orang yang memiliki gejala gangguan kesehatan mental tersebut yang harusnya mendapat penanganan langsung dari para ahli lebih memilih untuk memendam apa yang dirasakan, karena kurangnya dorongan dari dalam diri, dari orang-orang terdekat dan lingkungan sekitar yang menyebabkan para penderita terkesan menggap spele atau bahkan malu dan takut untuk meminta pertolongan sehingga lebih mengambil tindakan yang salah dengan mengkonsumsi minuman beralkohol, merokok, atau narkoba sebagai pelarian, sehingga berdampak dan dapat merugikan dirinya sendiri dan juga orang lain, dan sampai pada tahap yang serius dan fatalnya adalah melakukan percobaan bunuh diri.

Penyakit mental ini dapat terjadi kepada siapa saja, begitu juga pada usia remaja, menurut data dari *World Health Organization* (WHO) setengah dari semua kasus mengenai kesehatan mental yang ada di dunia setengahnya adalah terjadi di masa remaja dan di mulai dari usia 14 tahun, Namun kebanyakan kasus tidak terdeteksi, Di Indonesia sendiri kasus ini menjadi sebuah kasus yang masih belum terselesaikan, terlebih di saat pandemi covid-19 yang dimana kasus seperti ini menjadi semakin meningkat karena banyaknya masalah yang di alami seperti, mulai dari permasalahan kesehatan, ekonomi, pendidikan, hingga agama, sehingga membuat kecemasan para masyarakat dalam menjalani aktivitas sehari-hari dan tentang masa depan, Menurut Melisa Yunisafina, M.Psi, Psikolog salah satu psikolog di kota Bandung menyatakan bahwa disaat Pandemi COVID-19, kasus kesehatan mental menjadi meningkat khusus dikota Bandung, kebanyakan yang datang untuk konsultasi ke psikolog adalah para remaja dewasa, dan kebanyakan adalah para wanita, disebabkan karena adanya penerapan *social distancing* di kala Pandemi COVID-19 dan juga PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) sehingga membuat remaja yang terbiasa bersosialisasi dan banyak melakukan aktivitas diluar rumah menjadi diharuskan berdiam diri di rumah dan ruang gerak mobilitas yang dibatasi,

Menurut Data dari Kemenkes (kementrian kesehatan) yang di ambil dari RisKesDas pada tahun 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari usia 15 mengalami gangguan kesehatan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk yang berusia lebih dari usia 15 tahun mengalami depresi, Berdasarkan dari sampel sistem registrasi yang sudah dilakukan badan Litbangkes tahun 2016, diperoleh data bunuh diri setiap tahunnya sebanyak 1.800 jiwa /hari

ada 5 jiwa yang melakukan tindakan percobaan untuk bunuh diri, hasil dari 47,70% adalah korban bunuh diri pada rentan usia 10 sampai 39 tahun merupakan usia remaja dan produktif, untuk saat ini Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan jiwa sekitar 1 dari 5 orang penduduk, yang dimana yang artinya dari 20% penduduk di Indonesia itu memiliki potensi masalah gangguan kesehatan jiwa, selain itu jumlah tenaga kesehatan yang ada di Indonesia masih terbilang sedikit, yaitu 1.053 tenaga kesehatan untuk masalah kesehatan mental kejiwaan. Ini menjadi masalah yang cukup serius dan dari sekian banyaknya kasus yang ada, terutama di Indonesia dan kota Bandung, Masih kurangnya kesadaran dan informasi mengenai edukasi di masyarakat akan pentingnya kesehatan mental dan menerapkan pola hidup yang sehat.

## **1.2. Batasan Masalah**

Jika dilihat dari latar belakang masalah yang sudah dipaparkan di atas maka dapat diidentifikasi menjadi beberapa batasan sebagai berikut:

- A.** Masih banyaknya stigma negatif di masyarakat bahwa penyakit gangguan mental merupakan sebuah aib, sehingga membuat para calon penderita enggan untuk bercerita tentang apa yang ia alami kepada orang-orang terdekat terutama keluarga dan teman.
- B.** Masih kurangnya pengetahuan edukasi tentang pentingnya kesehatan mental dan menerapkan pola hidup sehat dalam lingkungan keluarga sejak dini.
- C.** Kurangnya pengetahuan tentang pola asuh orangtua kepada anak dengan baik, sehingga tidak jarang anak mendapatkan trauma psikis yang mendalam yang di alami hingga dewasa.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Identifikasi masalah diatas penulis dapat merumuskan masalah penelitian yang dijadikan sebagai focus penelitian adalah:

Bagaimana caranya membuat media kampanye yang menarik dan pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik kepada target dan meningkatkan kesadaran mengenai betapa pentingnya kesehatan mental di masa remaja dan pentingnya peran orangtua.

### **1.4. Lingkup Perancangan**

Lingkup perancangan merupakan batasan penelitian agar tidak meluas dan tepat sasaran, secara geografis lingkup perancangan dibatasi di wilayah kota Bandung, karena penelitian dilakukan di wilayah kota Bandung, Permasalahan yang di ambil juga difokuskan pada ramaja yang memiliki gangguan kecemasan emosional di kota Bandung.

### **1.5. Manfaat Perancangan**

Dibagi menjadi dua manfaat perancangan yaitu:

#### **a. Maksud**

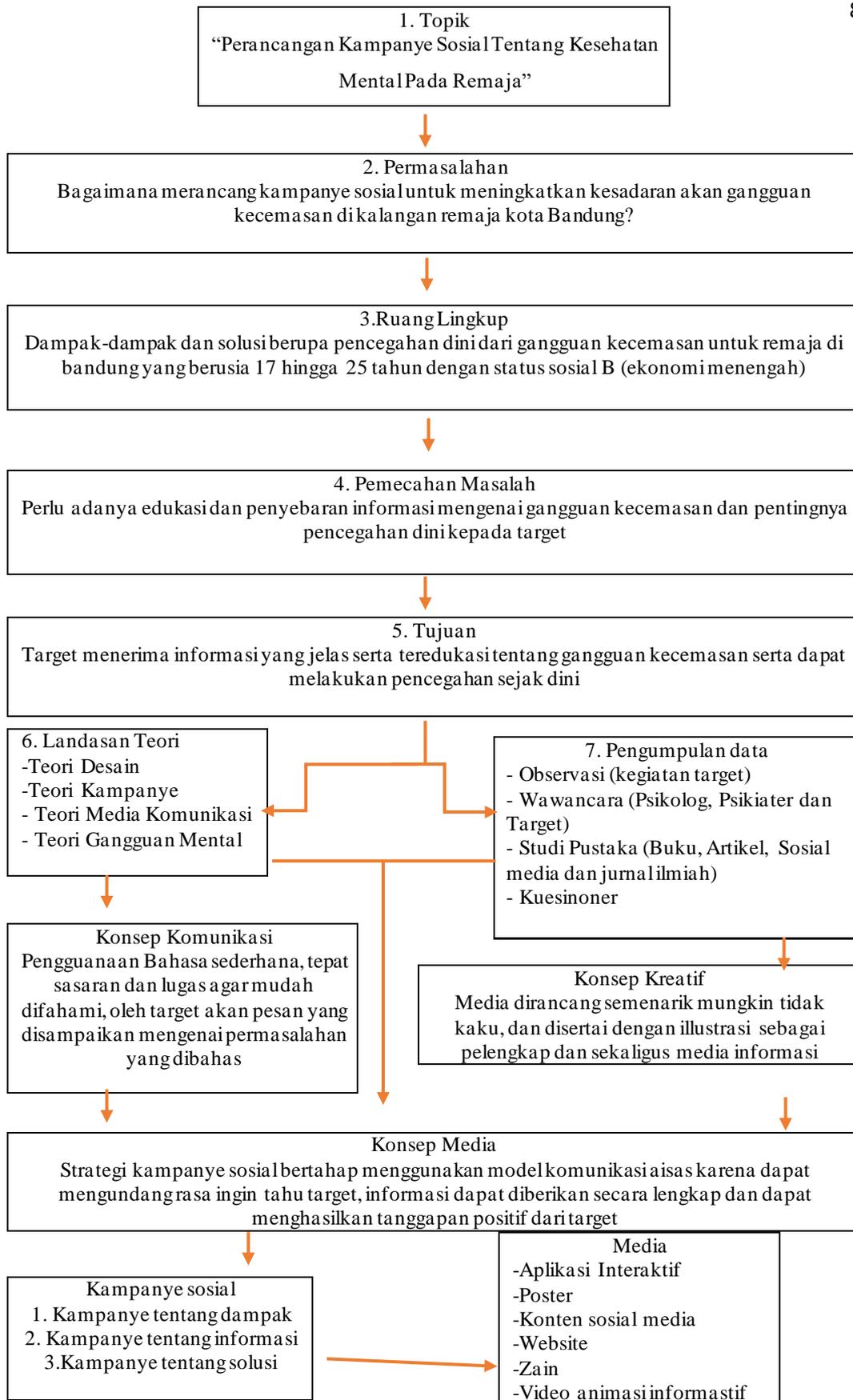
Maksud dari penelitian ini adalah membuat kampanye sosial mengenai gangguan kesehatan mental emosional yang banyak dialami oleh para remaja dikota Bandung, yang diharapkan informasi dari kampanye ini dapat tersampainya dan dapat diterima dengan baik kepada masyarakat terutama target dan keluarga. Karena keluarga memiliki peran penting dalam kasus ini.

**b. Tujuan**

Mengubah pandangan atau penilaian dari masyarakat tentang gangguan kesehatan mental, mengedukasi betapa pentingnya peranan orangtua terhadap anak sejak dini, menyediakan wadah yang interaktif dan edukatif untuk remaja yang mengalami gejala-gejala kesehatan mental.

**1.6. Skema Perancangan**

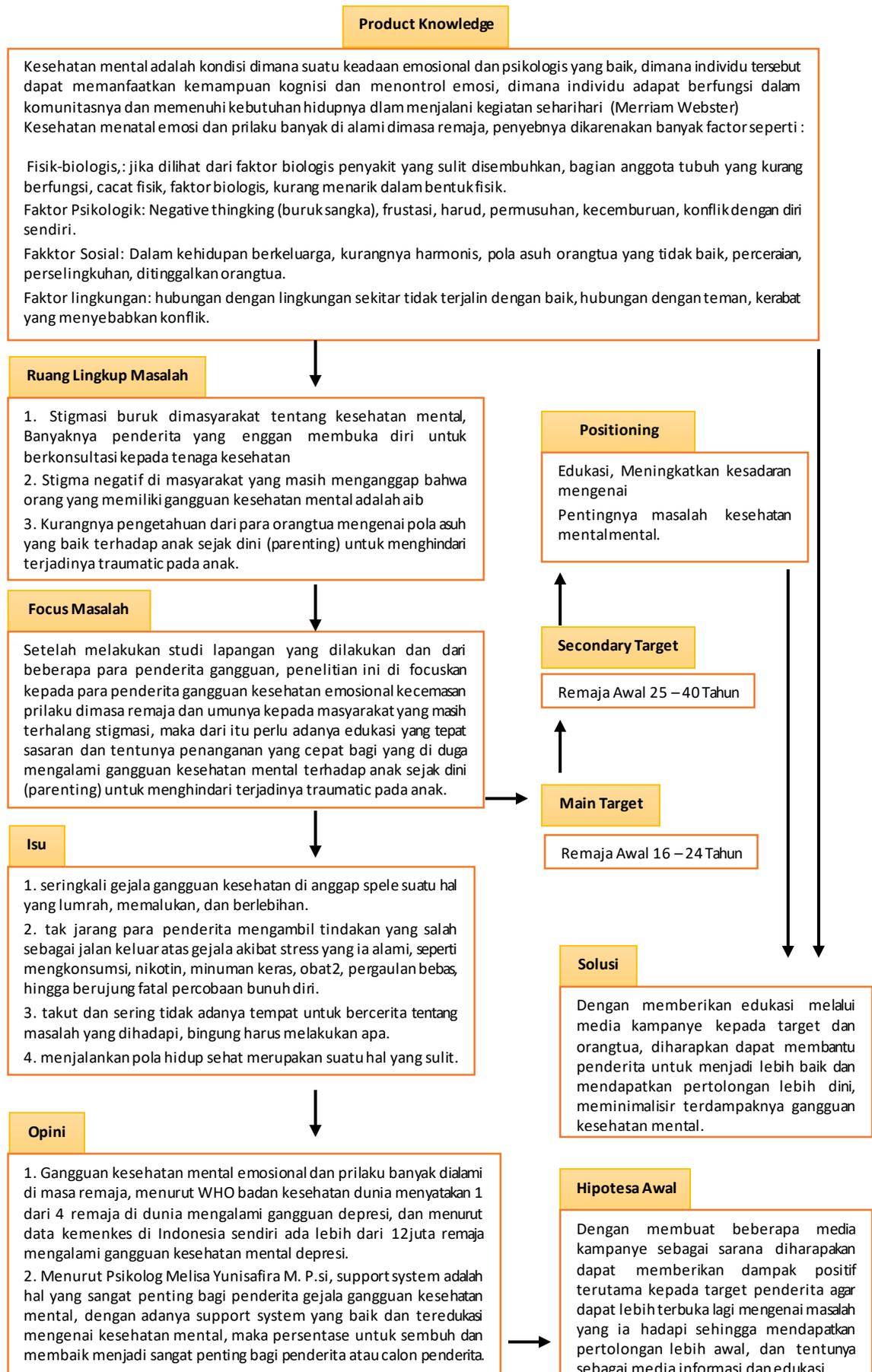
Skema Perancangan bertujuan agar mempermudah dalam proses pencarian data dan langkah-langkah menganalisis masalah dan proses pencarian data, adapun skema perancangan yang digunakan seperti berikut:



**Gambar 1.1 Skema Perancangan**

Sumber: telah diolah kembali

### 1.6.1. Mind Mapping



**Gambar 1.2 Mind Mapping**

Sumber: *telah diolah kembali*

**1.7. Metode Perancangan****1.7.1. Metode Pengumpulan Data****1.7.2. Data Primer**

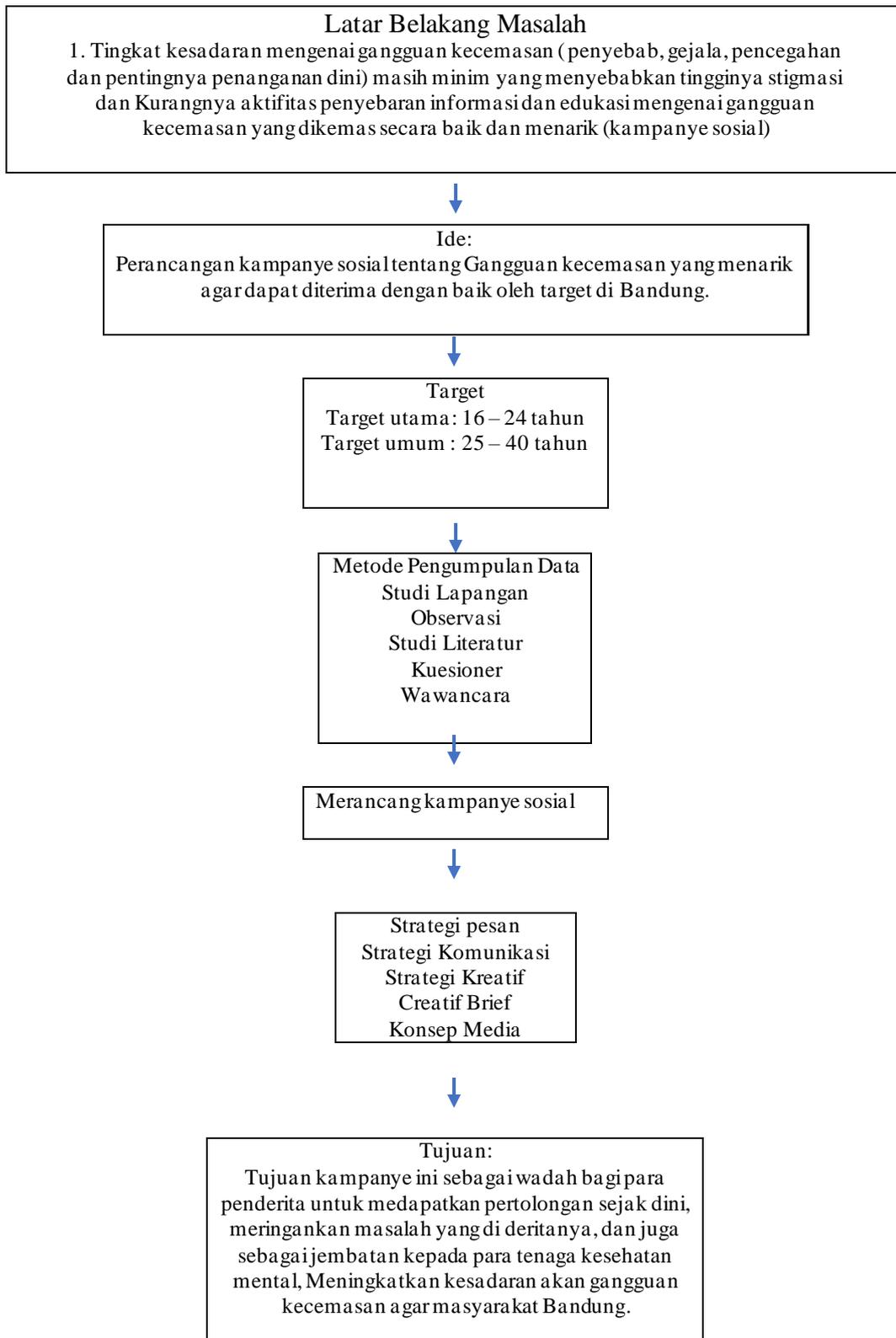
Dalam metode pengumpulan data yang sudah adalah mewawancari dengan secara terbuka dan penyebaran kuestioner kepada target audiens, wawancara dilakukan dengan beberapa Psikolog, dan Psikiater untuk mengetahui semua informasi terkait gangguan kesehatan mental, wawancara dengan beberapa calon target gangguan kesehatan mental emosional dengan merahasiakan identitas penderita, observasi dan wawancara dengan beberapa komunitas peduli kesehatan mental dikota Bandung, kuesioner dibagikan ke beberapa target, penyebaran kuesioner ke sekolah-sekolah, kampus dan ke masyarakat umum.

**1.7.3. Data Sekunder**

Studi literatur di ambil dari berbagai sumber sebagai referensi untuk memperkuat data-data dan informasi yang membahas seputar kesehatan mental *Anxiety Disorder* yang dikumpulkan dari, karya ilmiah yang sudah ada sebelumnya, situs web, artikel, media sosial, *text book* (buku), journal, data dari kemenkes dan WHO sebagai data dari sumber yang kuat.

**1.7.4. Tahapan Perancangan**

Tahapan perancangan dibuat untuk mempermudah peneliti dalam mencari data secara terstruktur, tahapan perancangan sebagai berikut:



**Gambar 1.3 Tahapan Perancangan**

Sumber: telah diolah kembali

## **1.8. Sistematika Penulisan**

### **1. BAB I PENDAHULUAN**

Pada BAB I ini berisikan semua pokok-pokok dan uraian mengenai bahasan yang mencakup semua permasalahan yang di angkat dan latar belakang, maksud dan tujuan penulisan, Batasan penulisan, kerangka perancangan hingga metodologi dan sistematika penulisan.

### **2. BAB II LANDASAN TEORI**

Pada BAB II semua berisikan landasan teori-teori yang mendukung pokok bahasan penulisan, teori-teori dari para ahli yang menjelaskan mengkaji mengenai teori-teori dan konsep, dan semua yang berhubungan dengan aspek yang akan diteliti dan berurutan berdasarkan kepentingan penelitian.

### **3. BAB III ANALISIS DATA**

Pada BAB III ini berisikan tentang Analisa yang dilakukan, semua analisa tentang target masalah, bahasan masalah, pokok masalah, strategi perancangan, dan sampai pada tahap penentuan *what to say*

### **4. BAB IV PERANCANGAN**

Pada BAB IV ini akan menguraikan semua langkah-langkah secara rinci, dimana pada tahapan perancangan ini strategi-strategi yang digunakan merupakan langkah-langkah yang sangat penting seperti strategi komunikasi, strategi pesan, dan strategi kreatif.

### **5. BAB V PENUTUP**

Pada BAB ini berisikan tentang keseluruhan hasil dari penulisan yang di rangkum kedalam kesimpulan serta saran dari penulis untuk calon pembaca, peneliti, dan pihak kampus.

