

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Penelitian ini akan menganalisis pengaruh terpaan informasi di media sosial dalam hal ini berfokus pada konten mengenai kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental. Adapun sejumlah alasan latar belakang penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

Pertama, dewasa ini isu mengenai kesehatan mental kerap menjadi topik pembicaraan di masyarakat. Kesehatan mental sudah jadi isu yang banyak disoroti, terutama mengenai isu kesadaran kesehatan mental. Kesadaran kesehatan mental dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari sebab menyangkut produktivitas dan kontribusi seseorang di lingkungan masyarakat. Kesadaran kesehatan mental yang rendah berhubungan dengan kesehatan mental yang kurang baik (Rokom, 2021).

Saat ini, isu kesehatan mental semakin populer terlebih untuk mewujudkan kesehatan yang utuh memerlukan penanganan masalah kesehatan mental. Pesatnya kemajuan pengetahuan di era digital dan meningkatnya masalah kesehatan mental merupakan faktor yang berkontribusi terhadap tren ini. Menurut statistik WHO (World Health Organization), setidaknya 300 juta orang pada tahun 2018 mengalami depresi, 60 juta orang menderita penyakit bipolar, dan 23 juta orang menderita skizofrenia. Contohnya, hingga seperempat generasi muda di negara Selandia Baru melaporkan depresi dan kecemasan yang signifikan (Goodyear dkk., 2019). Seiring dengan pertumbuhan dramatis dalam penggunaan media digital, generasi muda di Amerika Utara juga menunjukkan tanda-tanda meningkatnya pola pikir yang penuh tekanan (Abi-Jaoude dkk., 2020). Oleh karenanya, meningkatnya kasus gangguan mental yang disebabkan oleh era digital ini menjadi semakin relevan untuk dipelajari dan ditangani di tingkat dunia, termasuk di Indonesia.

Di Indonesia isu kesehatan mental dijadikan prioritas, karena masyarakat masih belum banyak mengenal serta memahami kesehatan mental yang juga tidak kalah penting dengan kesehatan fisik (Khoirunnisa, 2020). Ditunjukkan sebanyak 9.162.886 kasus penyakit jiwa atau 3,7% dari jumlah penduduk Indonesia, menurut data WHO untuk wilayah Asia Pasifik (2018). Menurut data Riskesdas (2018), diketahui bahwa prevalensi gangguan mental pada penduduk usia 15 tahun ke atas meningkat dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Depresi menjadi penyebab utama dari sekitar 800.000 kasus bunuh diri yang terjadi setiap tahunnya. Meningkatnya jumlah penderita penyakit mental ini diperburuk dengan adanya stigma negatif yang ada di masyarakat terhadap penderita penyakit mental.

Informasi tentang kesehatan mental masih belum banyak dikenal oleh masyarakat. Pengetahuan terpaut kesehatan mental yang rendah di masyarakat membuat penilaian terhadap penderita yang terganggu kesehatan mentalnya jadi perihal yang negatif. Akibatnya, ditemukan adanya salah penindakan terhadap penderita penyakit mental tersebut (Amri, 2021). Lebih dari 19 juta orang Indonesia di atas usia 15 tahun memiliki penyakit mental atau emosional, dan lebih dari 12 juta mengalami depresi (Rikesdas, 2018). Kendala pada gangguan kesehatan mental dihubungkan sebagai kombinasi afektif, sikap, impresi, yang berkaitan dengan guna spesifik pada wilayah otak maupun sistem saraf yang melaksanakan fungsi sosial manusia, aktivitas dan raga seseorang (Choresyo, dkk., 2020).

Keterikatan pemahaman yang dipunyai oleh mayoritas masyarakat tidak lepas dari keyakinan budaya yang sudah menjadi tradisi dan menyangka jika kendala gangguan mental dikarenakan ada sebab terdapat hal supernatural yang menyebabkan masyarakat senantiasa berkata bahwa orang yang terkena gangguan mental yaitu orang yang jauh dari Tuhan, serta menyangka itu merupakan akibat dari aib yang dipunyai orang tersebut. Hal tersebut berdampak juga pada penolakan masyarakat untuk diatasi dengan orang yang memanglah mempunyai kemampuan di bidang kesehatan mental. Sikap pembedaan yang dimiliki oleh masyarakat dapat berbentuk perbuatan agresif, cemooh, serta cacian, yang pada akhirnya keluarga dari orang berpenyakit mental disingkirkan oleh masyarakat (Abdurrahman, 2022).

Bersumber data *mental health atlas 2020* dari WHO (dalam Millenia, 2022), diperlihatkan berdasarkan raport ternyata kesehatan mental masyarakat Indonesia banyak merahnya, diharapkan hasil tersebut bisa berganti jadi hijau pada kurun waktu 10 tahun mendatang. Menurut pakar *sociologist* ditemukan data terdapat siswa Indonesia yang sempat berpikir untuk bunuh diri 4.2%. Kemudian untuk golongan mahasiswa yang memiliki niat melakukan bunuh diri sebanyak 6,9%, meskipun terdapat 3% lain sempat melangsungkan percobaan bunuh diri.

Minimnya kesadaran terkait kesehatan mental ditunjukkan dengan data sebanyak 91% masyarakat Indonesia yang menghadapi kendala kesehatan jiwa tidak tertangani dengan baik serta hanya tersisa 9% yang bisa ditangani dengan baik. Tidak tertangani dengan baik dapat jadi indikasi bahwa fasilitas kesehatan mental serta kesadaran kesehatan mental masih kurang. Masyarakat lebih condong untuk menunjukkan persepsi kurang baik pada seseorang yang mempunyai gangguan kesehatan mental serta malah memberi penghinaan, dan menilai jika seseorang yang memiliki gangguan pada mentalnya itu orang gila (Rachmawati, 2020).

Selaras dengan yang dikatakan Salsabila (2021) bahwa terdapat pula yang mengatakan dan menghubungkan penyakit mental dikaitkan karena pengaruh makhluk halus yang jahat, atau perbuatan setan. Keadaan seperti ini bisa mengakibatkan masyarakat akan lebih memilih pengobatan dengan cara tradisional. Hal tersebut menimbulkan orang yang terkena gangguan kesehatan mental cenderung sulit terbuka atas penyembuhan masalahnya serta justru jadi lebih tertekan perasaannya akibat dari persepsi kurang baik dari masyarakat mengenai dirinya (Rachmawati, 2020). Baiknya, masyarakat sekitar perlu lebih terbuka serta peka atas gangguan penyakit mental. Masyarakat dapat jadi pendengar yang baik untuk orang yang sedang menghadapi masalah mental selaku upaya meringankan beban mental orang tersebut.

Maka dari itu, kesehatan mental wajib dijaga secara lahir ataupun batin, karena kondisi sekarang yang sedang jadi atensi lebih, terkhusus pada kalangan yang mudah mengalami gangguan mental seperti depresi berlebih. Banyak aspek yang mempengaruhi gangguan kesehatan mental contohnya pada faktor genetik,

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

pergantian hormon, sampai pengalaman traumatis, percintaan, pertemanan, keluarga ataupun tekanan hidup. Indikasi yang mencuat dapat menjadi gampang marah, merasa putus asa, rendah diri, merasakan takut berlebih dan kecemasan. Kesadaran terkait kesehatan mental harus jadi perhatian setiap orang agar dapat menghindari berbagai dampak negatif yang akan terjadi (Sardjito, 2022).

Kedua, kesadaran terhadap kesehatan mental sangat penting untuk dimiliki setiap individu. Dengan sadar kesehatan mental, masyarakat bisa dengan mudah mengatasi serta dapat memahami gejala pada gangguan mental yang dihadapi (Tulandi, 2021). Di samping itu kesadaran akan kesehatan mental saat ini bisa dibilang masih cukup rendah. Salah satu buktinya yaitu terdapat banyak masyarakat yang mengalami gejala gangguan mental seperti depresi ataupun stress namun tidak langsung mencari pertolongan (Rudianto, 2022). Hal tersebut dikarenakan kurangnya fasilitas kesehatan mental seperti psikolog maupun psikiater di Indonesia. Selain itu, Indonesia memiliki kelangkaan perawatan kesehatan mental, dengan hanya 0,29 psikiater dan 0,18 psikolog per 100.000 orang. Ini menimbulkan masalah tersendiri (Rudianto, 2022).

Penyediaan layanan kesehatan mental yang bermutu, tanggap, tepat, serta terjangkau di Indonesia juga perlu terus ditingkatkan. Berkaitan dengan hal tersebut, para masyarakat menyatakan bahwa mereka mengantisipasi anonimitas (99,2%), tidak menghakimi (98,5%), layanan yang berlangsung selama jangka waktu tertentu (96%), dan aksesibilitas internet (84,5%) dari program dukungan kesehatan mental (Handoyo, 2021)

Upaya peningkatan berbasis digital untuk masalah kesehatan mental dan masalah emosional secara umum digunakan dalam inisiatif promosi kesehatan mental saat ini (Cuijpers dkk., 2019). Informasi lebih lanjut mengenai kesehatan mental terungkap melalui kegiatan periklanan yang dilakukan. menggunakan upaya informasi untuk memperkirakan kemungkinan munculnya masalah kesehatan mental di berbagai demografi pengguna. Kemudian, dukungan terhadap kesehatan mental di lingkungan media baru ini membantu individu dalam mengatasi tantangan emosional yang umum dan menumbuhkan pemahaman yang lebih baik (O'Reilly et al., 2018). Karena diimbangi dengan percepatan penyebaran informasi,

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

kegiatan promosi berbasis digital lebih berkontribusi terhadap layanan dan penyediaan informasi kesehatan mental.

Perlunya informasi kesehatan mental menjadi salah satu tujuan untuk memenuhi pengetahuan kesehatan mental seseorang. Keberadaan media sosial dapat dijadikan sebagai sumber rujukan bagi masyarakat dalam memperoleh informasi karena teknologi informasi yang berkembang pesat membuat arus informasi menjadi lebih sederhana dan cepat untuk dikomunikasikan (Wahid, 2016 hlm. 83). Paparan informasi melalui media sosial menunjukkan suatu perilaku yang berkaitan dengan informasi yang disajikan kepada masyarakat yang berguna dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mentalnya (Lesmana (2020).

Penyebaran informasi melalui media sosial meningkat secara signifikan karena sifatnya yang efektif, dan praktis (Haniza, 2019). Informasi ini dengan cepat diperkuat oleh perilaku penggunaan media sosial yang jauh lebih besar dibandingkan sebelumnya. Media sosial menjadi jembatan informasi kesehatan mental yang populer dan mudah diakses oleh masyarakat. Instagram sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer saat ini diantara berbagai platform teknologi informasi yang ada. Selain itu, Instagram dinobatkan sebagai platform media sosial terpopuler ketiga di Indonesia pada tahun 2021, menurut statistik dari *We Are Social* (Kemp, dalam Taqiyyah, 2021).

Instagram dimanfaatkan sebagai sumber edukasi tentang masalah kesehatan mental. Saat ini banyak sekali akun Instagram yang memberikan informasi tentang gangguan kesehatan mental, serta banyak akun yang dijalankan oleh para profesional yang berbicara tentang masalah kesehatan mental (Siswandari, 2021). Karena penggunaannya yang sederhana, konsumen beralih ke Instagram sebagai platform jejaring sosial untuk mencari informasi yang mereka butuhkan. Meskipun penggunaan media sosial sedang meningkat dan sudah sangat meluas di berbagai kalangan, Instagram semakin banyak digunakan sebagai sumber materi edukasi kesehatan mental (Pittman dan Reich, dalam Sari, 2020). Masyarakat memanfaatkan media sosial Instagram sebagai media sumber kebutuhan informasi kesehatan mental (Jackson, 2017). Data pada *databoks* menunjukkan dari laporan

Napoleon Cat (Annur, 2021) bahwa 33,90 juta, atau sebagian besar pengguna Instagram di Indonesia, berusia antara 18 dan 24 tahun. Secara spesifik, 17,5% pengguna aplikasi Instagram adalah pria dan 19,8% adalah wanita.

Ketiga, konten informasi tentang kesehatan mental di media sosial, terutama Instagram, menjadi hal yang penting (Martadi & Haidar, 2021). Dengan adanya beberapa unsur pendukung, minat terhadap konten informasi kesehatan mental semakin meningkat (Wijaya, 2021). Sebagai salah satu media penyampaian informasi kesehatan, materi informasi kesehatan mental kini berperan penting dalam kesejahteraan pengguna media sosial (Chavarria dkk., 2017). Informasi mengenai kesehatan mental, meliputi gejala, pengalaman survivor, solusi, dan psikoedukasi lainnya disajikan di Instagram dalam bentuk poster, infografis, foto, video, tulisan, dan bentuk lainnya yang tersedia di media sosial. Wang & Jones, (2017) mengatakan bahwa individu yang terpapar atau mengonsumsi materi mungkin memiliki sikap atau perilaku yang berbeda karena cara mereka merespon terhadapnya. Karena adanya komponen emosi pada individu, konten dapat mempengaruhi hal tersebut.

Menurut Ardianto (2015, hlm. 168), paparan konten informasi dapat mempengaruhi sikap, pikiran, dan perilaku masyarakat. Tentu saja di dalam konten sudah disediakan isi/bahan pesan, dan komunikasi dengan isi/bahan pesan tersebut adalah tujuan utamanya. Agar pesan cepat menarik perhatian dan dipahami oleh komunikan, informasi yang mempunyai ciri visual yang menarik biasanya digunakan untuk menyampaikan substansi atau materi pesan. Konten sebenarnya berbentuk pesan yang disebarluaskan melalui saluran digital seperti media sosial. Maka dari itu, penelitian mengenai pengaruh terpaan konten informasi kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental perlu dilakukan, menimbang sudah adanya penyebaran informasi kesehatan mental di media sosial.

Kini, banyak akun Instagram memberikan informasi tentang kesehatan mental, serta banyak akun yang dijalankan oleh para profesional yang berbicara tentang masalah kesehatan mental (Siswandari, 2021). Dari sekian banyak akun informasi kesehatan mental berikut lima akun Instagram versi *beautynesia.id* yang

membahas seputar kesehatan mental diantaranya: pertama, akun Instagram @studiodjiwa yang memberikan psikoedukasi kesehatan mental melalui media seni, telah mempunyai 89,6 ribu pengikut pada awal oktober 2022. Kedua, akun Instagram @mudahbergaul yang memiliki hashtag #DemiKesehatanMental serta membahas terkait *insecurity*, trauma, serta *overthinking*, dan akun Instagram ini telah mempunyai 205 ribu pengikut pada awal oktober 2022. Ketiga, akun Instagram @meaningful.me yang mempunyai tagline “Buat diri dan hidupmu #MenjadiLebihBerarti”, dan telah memiliki pengikut sebanyak 448 ribu pada awal oktober 2022. Keempat, akun Instagram @wantja yang membagikan unggahan informasi kesehatan mental dengan *doodles art*, serta telah memiliki 103 ribu pengikut pada awal oktober 2022. Kelima, akun Instagram @riliv yang sudah terverifikasi dan mendapat centang biru diantara keempat akun Instagram sebelumnya, riliv memiliki pengikut sebanyak 334 ribu pada awal oktober 2022. Di mana akun tersebut menjadi salah satu akun resmi kesehatan mental di Indonesia yang hadir sebagai pelopor sehat mental di Indonesia.

Selain itu, edukasi tentang konten kesehatan mental di media sosial pada publikasi ilmiah sudah banyak dikaji menemukan hasil yang berpengaruh cukup kuat pada tingkat kesadaran kesehatan mental. Seperti pada kajian penelitian yang dilakukan oleh Sardjito (2022), Rudianto (2022), Tulandi, dkk (2022), Rachmawati (2020), Amalia (2020). Penelitian yang memperkuat kajian ilmiah tersebut seperti yang dilakukan oleh, Novriwanda (2022), Bikriyah (2020), Nugroho, dkk (2022) yang ditemukan hasil bahwa penggunaan media sosial tentang kesehatan mental berdampak positif pada penggunaannya seperti dapat mempengaruhi pemahaman akan kesehatan mentalnya. Penelitian tersebut mengkaji secara umum media sosial terhadap kesehatan mental dan memaparkan masalah yang terdapat pada gangguan mental. Maknanya, belum banyak kajian yang meneliti mengenai terpaan konten informasi kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental setelah mendapat paparan konten yang terkondisikan.

Keempat, melihat kondisi rendahnya kesadaran kesehatan mental, jika dibiarkan akan mengganggu dan mengancam. Menurut Kementerian Kesehatan (dalam Savitrie, 2022) rendahnya kesadaran kesehatan mental dapat meningkatkan

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

risiko terjadinya gangguan kesehatan mental misalnya kecemasan, depresi, dan gangguan bipolar. Selain itu, cenderung terancam melakukan perilaku buruk. Adapun ancaman berikutnya, dapat mengganggu perkembangan sosial mereka seperti sulit membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan sulit beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru. Serta, masalah kesehatan mental ini dapat memengaruhi performa lainnya yang dapat menyebabkan kesulitan dalam konsentrasi, dan mendapatkan motivasi.

Oleh karena itu, informasi kesehatan mental di media sosial menjadi penting di era digital saat ini, dimana kemudahan dalam mengakses informasi membuat masyarakat lebih mudah mendapat pemahaman yang baik mengenai kondisi kesehatan mental dirinya (Amalia, 2020). Hal ini dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan meredakan perspektif negatif terkait dengan masalah kesehatan mental. Selain itu, informasi yang mudah diakses juga dapat membantu masyarakat mengidentifikasi tanda-tanda dan gejala masalah kesehatan mental, sehingga mereka dapat meminta bantuan lebih cepat dan menghindari suatu masalah besar yang akan datang di kemudian hari (Kusuma, 2021).

Berdasarkan hal tersebut maka dalam penelitian ini, konsep terpaan informasi diposisikan peneliti sebagai variabel independen atau seringkali juga disebut sebagai variabel X. Variabel independen ini akan terdiri dari frekuensi, durasi, dan atensi. Selain itu, untuk variabel dependen atau variabel Y dalam penelitian ini yakni konsep kesadaran yang diposisikan peneliti sebagai variabel yang mengikat variabel X. Hal tersebut ditentukan peneliti agar dikteahui sejauh mana hasil pengaruh antara kedua variabel tersebut.

Untuk melihat pengaruh yang ditunjukkan oleh terpaan informasi terhadap kesadaran kesehatan mental maka peneliti menggunakan teori S-O-R (*Stimulus-Organism-Response*). Di mana dalam teori tersebut cocok karena terdapat faktor yang mempengaruhi informasi kesehatan mental terhadap respon atau perubahan sikap kesadaran kesehatan mental yang bergantung pada proses stimulus yang di mana informasi kesehatan mental yang disampaikan oleh Instagram @riliv kepada

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

para pengikut akun Instagram tersebut dapat diterima atau ditolak. Komunikasi yang terjadi tersebut dapat berjalan apabila pengikut Instagram @riliv memberikan perhatian terhadap stimulus atau informasi kesehatan mental yang disampaikan melalui Instagram tersebut. Sampai kepada proses individu memikirkan informasi tersebut sehingga timbul pengertian dan penerimaan atau mungkin sebaliknya. Respons yang dihasilkan dari terpaan informasi kesehatan mental dapat bervariasi, salah satunya seperti peningkatan kesadaran kesehatan mental (Notoatmodjo, 2007).

Masih terdapat kekurangan penelitian yang memfokuskan pada jenis informasi yang dapat mempengaruhi kesadaran kesehatan mental. Informasi terkait kesehatan mental dapat bervariasi dan salahsatunya melalui media sosial Garinsingan (2022). Oleh karena itu, penelitian yang dilakukan untuk menguji pengaruh terpaan informasi kesehatan mental dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental. Selain itu, masih terdapat beberapa celah dalam penelitian yang dilakukan dengan menggunakan teori ini, terutama dalam konteks terpaan informasi kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental. Beberapa celah yang dapat diidentifikasi meliputi: studi oleh Bikriyah (2020) tentang media sosial mempengaruhi kesehatan mental secara umum mengungkapkan dampak menguntungkan pada karakteristik psikologis. Berbeda dengan penelitian Tulandi (2021), dukungan dari komunitas lain, pengikut Instagram, profesional kesehatan mental, psikolog, dan influencer merupakan faktor penting dalam mencapai tujuan komunikasi untuk memahami subjek yang dicakup dan memerlukan analisis kritis dan diskusi mendalam tentang isi pesan, sementara itu menjadi hambatan. Adapun pada studi Novriwanda (2022) mengenai kampanye kesehatan mental remaja menggunakan fitur Instagram Stories yang menunjukkan pengaruh signifikan. Bahwa terdapat informasi yang diterima dari ajakan untuk melakukan hal yang positif ketika mengalami depresi, membuat perasaan tenang ketika mengalami menghadapi sebuah masalah setelah melihat postingan berupa dukungan melalui Instagram Stories yang berkaitan dengan kesehatan mental.

Maka dari itu, peneliti tertarik untuk mengisi celah yang ada tersebut dengan mengkaji serta mengukur dua variabel mengenai terpaan konten informasi

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

kesehatan mental dan seberapa banyak pengaruhnya pada kesadaran kesehatan mental. Adapun kajian penelitiannya difokuskan pada konten informasi kesehatan mental dalam Instagram. Karena kini, Instagram menjadi media yang lebih dipilih dan populer dalam mencari informasi kesehatan mental yang dinilai lebih efektif dan konten yang variatif (Vinnesea dkk., 2021) terlebih pengguna Instagram yang terus meningkat hingga pada tahun 2022 mencapai 99,15 Juta pengguna (Hootsuite, 2022). Pentingnya penelitian yang akan dilakukan peneliti ini melihat dari penggunaan media sosial yang menjadi kebutuhan saat ini dan informasi konten kesehatan mental yang banyak dikonsumsi yang tidak hanya memberikan pengaruh negatif, namun memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kesadaran kesehatan mental. Tujuan penelitian ini memfokuskan pada analisis seberapa pengaruh terpaan konten informasi kesehatan mental terhadap kesadaran kesehatan mental pada pengikut akun Instagram @riliv,

Untuk mengetahui pengaruh yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan strategi kuantitatif dengan metode korelasional yang didukung oleh teori teori S-O-R sebagai pendukung terlaksananya penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Tentu saja tujuan pendekatan ini untuk mengetahui apakah dua variabel berkorelasi atau tidak (Ali, 2014). Maka dari itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terpaan Informasi Kesehatan Mental Terhadap Kesadaran Kesehatan Mental.” Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas (X) yaitu konten informasi kesehatan mental di Instagram dengan tiga variabel yaitu frekuensi, durasi, dan atensi (Annenberg, 2008). Sedangkan variabel dependen (Y) atau terikat yakni kesadaran kesehatan mental dengan menggunakan enam indikator yang terdiri dari dimensi mengenali perilaku dan perasaan diri, mengenali kekurangan dan kelebihan pada diri, memiliki sikap mandiri, membuat keputusan yang tepat, terampil dalam menyatakan pikiran dan berpendapat, serta dapat mengevaluasi diri (Goleman, 1996). Metode yang digunakan untuk menganalisis apakah terpaan konten informasi kesehatan mental di Instagram berpengaruh positif terhadap kesadaran kesehatan mental pengikut Instagram @riliv.

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah tingkat frekuensi informasi kesehatan mental di media sosial Instagram (@riliv) berpengaruh terhadap kesadaran kesehatan mental?
2. Apakah tingkat durasi informasi kesehatan mental di media sosial Instagram (@riliv) berpengaruh terhadap kesadaran kesehatan mental?
3. Apakah tingkat atensi informasi kesehatan mental di media sosial Instagram (@riliv) berpengaruh terhadap kesadaran kesehatan mental?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk menguji teori S-O-R dengan menganalisis pengaruh frekuensi, durasi, dan atensi informasi kesehatan mental di media sosial Instagram (@riliv) terhadap kesadaran kesehatan mental.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dalam hal pengaruh terpaan informasi kesehatan mental terhadap tingkat kesadaran kesehatan mental, temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat dan dapat menjadi bahan sumber penelitian di bidang komunikasi. Selain itu, diyakini akan menawarkan keuntungan dan membantu orang menyadari bahwa media sosial dapat digunakan sebagai alat atau sebagai sumber pengetahuan tentang kesehatan mental.

1.4.2 Manfaat Praktis

Temuan penelitian ini diharapkan dapat mencerahkan khalayak, khususnya yang menggunakan media online seperti media sosial Instagram sebagai alat atau sumber informasi kesehatan mental, dan membantu mereka menjadi lebih tahu tentang kesehatan fisik dan mental mereka. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat dilanjutkan pada penelitian selanjutnya dan dapat dimanfaatkan oleh orang lain yang membacanya sebagai sumber referensi.

1.5 Sistematika Penelitian

1. Bab I Pendahuluan

Sinta Mega Silvia, 2023

PENGARUH TERPAAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESADARAN KESEHATAN MENTAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi

Pada bab pertama, peneliti memuat beberapa alasan mengapa penelitian yang diambil memiliki kepentingan untuk diteliti. Paparan yang dibahas pada bagian latar belakang ini yaitu beberapa *theoretical* serta *practical gap*. Selanjutnya untuk menguatkan pembahasan, di bagian ini juga membuka permasalahan utama yang akan diteliti serta manfaat dan tujuan penelitian.

2. Bab II Kajian Literatur

Selain itu, peneliti membahas sejumlah hipotesis dalam bab ini yang mungkin membantu untuk memahami setiap variabel yang digunakan untuk mendukung penelitian. Definisi, konsep, pendapat ahli, teori, dan beberapa penelitian sebelumnya semuanya termasuk dalam penjelasan yang akan dibahas dalam bab ini. Ini semua dapat digunakan untuk mendukung dan berfungsi sebagai dasar untuk penelitian yang akan dilakukan peneliti.

3. Bab III Metode Penelitian

Bagaimana studi ini pada akhirnya akan digunakan di lapangan akan dibahas pada bab selanjutnya. Terdapat rancangan penelitian, partisipan, populasi dan penentuan sampel, alat penelitian, proses penelitian, dan analisis data dalam bab ini.

4. Bab IV Temuan dan Pembahasan

Untuk mendapatkan jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan peneliti, Bab IV mencakup pengolahan data dan temuan dari data yang telah peneliti evaluasi selama di lapangan. Temuan penelitian peneliti juga didasarkan pada analisis data dan berfungsi sebagai pengujian terhadap hipotesis yang telah diajukan.

5. BAB V Simpulan

Bab terakhir penelitian ini adalah bab lima. Kesimpulan, konsekuensi, dan rekomendasi tentang temuan penelitian peneliti disertakan dalam bagian ini. Penulis juga akan menawarkan rekomendasi untuk studi lebih lanjut di bagian ini.