

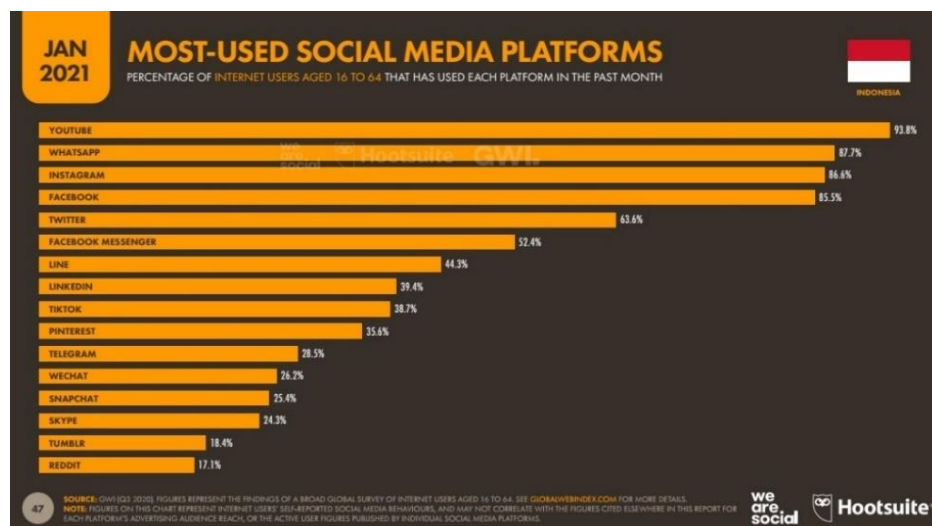
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring dengan melesatnya perkembangan teknologi zaman sekarang membuat masyarakat dalam memenuhi kebutuhan informasinya mulai mengandalkan media sosial, salah satu *platform* yang paling banyak digunakan adalah *google*, karena informasi yang disediakan pun sangat banyak dan juga beragam. Bagi penggunaan media sosial ini pun sudah menjadi sebuah kebutuhan bahkan telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat yang semakin modern untuk memenuhi kebutuhan dalam aktivitasnya, mulai dari kebutuhan jasmani hingga kebutuhan rohani. Siddiqui dan Singh (2016) dalam Rustiana (2018, hlm. 18) mengemukakan bahwa “dalam melakukan komunikasi dan interaksi, maka media sosial memiliki peran yang juga penting dalam mengubah secara radikal gaya hidup orang”.

Simon Kemp (2021) mengemukakan bahwa ada sebanyak 160 juta orang terkhususnya masyarakat Indonesia yang menggunakan media sosial secara aktif dengan hasil survei media sosial yang paling sering digunakan adalah *platform instagram* yang menduduki peringkat ke 3 setelah *platform* bergengsi lainnya seperti *Youtube* dan *WhatsApp* sebagai penggunaan *platform* media sosial yang paling banyak dari jumlah populasi yang ada. Pengguna *instagram* di Indonesia sendiri telah mencapai 86,6% dari jumlah populasi, hal tersebut disampaikan pada situs *Hootsuite* yang merupakan sebuah situs layanan yang bergerak dalam pembuatan konten pelayanan media secara daring dan saling berhubungan dengan berbagai situs jejaring sosial ini mengeluarkan data pada sebuah tren internet dan media sosial pada bulan januari tahun 2021 di Indonesia.



Gambar 1. 1 Peringkat Platform Media Sosial

Seperti yang terdapat pada gambar di atas tersebut, dapat dikatakan bahwa media sosial pada platform *instagram* ini merupakan aplikasi yang banyak digunakan karena selain mudah untuk diakses, penggunaannya pun sangat diberikan kemudahan dalam mengunggah beberapa momen unik, baik dalam bentuk foto atau video secara instan kepada orang lain dengan cepat untuk dapat dinikmati oleh para penggunanya. *Instagram* juga menjadi tempat untuk berbagi momen, meningkatkan kreatifitas dan menjadi tempat untuk berbagi informasi. Untuk melakukan pencarian informasi, tak dapat dihindari masyarakat kemungkinan besar juga bisa mendapatkan informasi yang mampu berdampak negatif. Hal tersebut dapat menimbulkan penyebaran informasi yang belum tentu benar adanya.

Permasalahan dalam mencari informasi yang tidak sesuai, bisa terjadi pada informasi mengenai kesehatan mental yang masih belum mendapat perhatian lebih semestinya dari masyarakat maupun dari pemerintah Indonesia. Anita dan Hadjam (2017) dalam penelitiannya mengatakan, di Indonesia angka bunuh diri ini terus meningkat hingga mencapai 1,6 - 1,8 dari tiap penduduk 100.000 penduduk dengan kejadian tertinggi berada pada kelompok usia remaja hingga dewasa muda dengan kisaran umur 15 sampai 24 tahun. Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (dalam Pongtambing, 2020, hlm. 211) mengatakan bahwa gangguan mental yang menyerang pada seorang remaja lebih dari umur 15 tahun ini selalu saja

meningkat, dari sebelumnya hanya terdapat 6% pada saat tahun 2013 hingga akhirnya melesat naik kini menjadi 9,8% di tahun 2018, yang artinya salah satu kelompok dalam kategori usia tersebut adalah mahasiswa. Mahasiswa merupakan bagian dari kelompok usia dewasa muda dan juga rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental. Biddle, Donovan, Sharp, dan Gunnell (dalam Ryandra, 2019, hlm. 341) menyatakan mahasiswa termasuk ke dalam sebuah kelompok yang paling rendah dalam menghadapi situasi untuk mencari bantuan mengenai masalah kesehatan mental baik secara profesional ataupun sosial. Maka sudah seharusnya perguruan tinggi mampu menjadi tempat yang paling aman bagi kelompok mahasiswa dalam hal mencari jaringan sosial serta mendapatkan pelayanan kesehatan psikologis seperti konseling yang layak, namun kenyataannya masih sangat banyak mahasiswa yang kurang dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan dengan semaksimal mungkin. Dalam lingkungan kampus masih ada stigma negatif terhadap salah satu penyebab mahasiswa tidak mau mengasosiasikan diri mereka dengan berbagai jenis bantuan psikologis yang disediakan oleh kampus.

Chang dan Wong (dalam Ryandra, 2019, hlm. 341) berpendapat juga bahwa pencarian umum bantuan profesional dapat menimbulkan stigma negatif, dimana hal tersebut yang dapat berdampak pada mahasiswa karena kurangnya bekal mengenai literasi kesehatan mental dari lingkungan kampus. Maka dari itu, adanya urgensi yang dapat memperlihatkan bagaimana pentingnya sebuah literasi kesehatan mental mahasiswa yang bisa meningkatkan kemampuan mereka untuk mencari bantuan ahli yang baik khususnya bagi mereka sendiri dan umumnya bagi orang lain untuk meningkatnya kesejahteraan mental. Reavley, McCann, dan Jorm (dalam Ryandra, 2019, hlm. 342) mengatakan sejauh ini untuk melakukan promosi literasi kesehatan mental pada jenjang pendidikan tinggi hanya mendapatkan sedikit perhatian, terkecuali bagi mereka mahasiswa bidang kesehatan. Masih kurangnya perhatian yang kampus berikan, maka mahasiswa yang selain bidang kesehatan misalnya saja mahasiswa kedokteran, keperawatan, psikologi, bimbingan konseling, sedangkan mahasiswa diluar bidang tersebut menjadi lebih sering melakukan

self-diagnosis dalam mencari bantuan untuk dirinya sendiri dari pada harus mencari pada bantuan professional.

Self-diagnosis merupakan usaha untuk mendiagnosis diri sendiri dengan berdasarkan informasi yang didapatkan secara mandiri, misalnya informasi dari seorang teman, keluarga, maupun pengalaman sakit di masa lalu atau bahkan informasi yang didapat dari media sosial. Media sosial sendiri sering digunakan untuk mencari informasi karena informasi yang disediakan pun sangat beragam. Tentu sangat berbahaya ketika mendiagnosis diri sendiri dari hasil pencarian di internet tanpa didampingi dengan yang ahli dalam bidangnya seperti psikolog atau psikiater. Maka dari itu, perlunya bimbingan atau sosialisasi yang lebih luas lagi untuk literasi kesehatan mental bagi mahasiswa di lingkungan kampus. Mengenai *self-diagnosis* ini diharapkan mahasiswa mampu mengevaluasi kesalahan yang dilakukan oleh mahasiswa itu sendiri.

Media sosial merupakan sebuah media *online* yang sering digunakan oleh mahasiswa untuk mencari sumber referensi atau sekedar mencari informasi yang dibutuhkan termasuk juga informasi yang sering dicari yaitu mengenai masalah kesehatan mental, dan masalah kesehatan mental ini juga bisa dilakukan melalui *platform instagram*. Kesehatan mental *self-diagnosis* ini sering kali terjadi pada mahasiswa menuju tingkat akhir, seperti mahasiswa semester 5, 6, 7 dan 8. Hal tersebut dikarenakan selain masalah akademik yang dilawan juga masalah yang datang dari non akademik seperti organisasi atau kegiatan-kegiatan di luar kampus lainnya. Mahasiswa sering kali dihadapkan dengan beberapa kondisi mental seperti rasa cemas, tidak percaya diri, ketakutan, stres hingga depresi yang berlebihan, sehingga untuk melakukan *self-diagnosisnya* pun sangat tinggi.

Dalam penelitian Handayani (2020, hlm. 10) menyebutkan bahwa seperti yang sudah sesuai direncanakan oleh WHO sebelumnya juga telah menetapkan sebuah promosi mengenai program kesehatan mental sebagai sebuah prioritas kesehatan bagi masyarakat. Hal tersebut bertujuan agar masyarakat yang mengalami gangguan mental dapat segera mengambil tindakan dengan cepat untuk mencari bantuan kepada yang lebih profesional. Jorm dkk. (dalam Fuady A, 2019, hlm. 13) mengatakan literasi kesehatan mental ini juga merupakan

upaya seseorang untuk mencari pertolongan kepada yang lebih profesional, dan mampu membantu seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola serta untuk mencegah gangguan mental yang dirasakan. Maka semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki masyarakat terhadap kesehatan mental, maka akan semakin cepat menemukan gangguan mental dan mampu mengelolanya secara mandiri tanpa bantuan siapapun. Literasi kesehatan mental ini mencakup pengetahuan mengenai kesehatan mental serta pemilihan alternatif dalam pengobatannya, pengetahuan tentang penyakit mental tertentu, pengenalan gejala serta pengetahuan mengenai bagaimana mencegah masalah dari kesehatan mental tersebut (Waldmann et al., 2020, hlm. 270).

Bagi mahasiswa dalam mencari informasi mengenai kesehatan mental melalui media sosial, karena minimnya pelayanan psikologi di lingkungan kampus yang membuat mahasiswa sering menjelajahi media sosial untuk mencari informasi yang dibutuhkan, hanya saja hal yang dikhawatirkan dalam pencarian informasi melalui media sosial adalah informasi yang diterima tidak valid. *Riliv* merupakan salah satu akun media sosial dengan berfokus pada bidang meditasi dan konseling secara *online* yang berada di *platform instagram*. Menurut Marfa Umi (2020) dalam *websitenya* mengatakan ada sekitar 5 akun media *instagram* mengenai kesehatan mental diantaranya adalah *Riliv*, *Ibunda*, *Kariib*, *Kalm*, dan *Klee*. Setiap akun media sosial memiliki ketertarikan yang berbeda-beda, salah satunya *Riliv* yang memiliki pengikut lebih banyak dan akunnya pun sudah terverifikasi oleh *instagram* sehingga lebih banyak pengguna yang memilih untuk dijadikan sumber mengenai kesehatan mental. Akun *Riliv* ini membuka jasa curhat atau curahan hati secara *online* yang langsung berkomunikasi dengan psikolog melalui tatap muka secara daring, selain itu juga *Riliv* sering kali sangat informatif mengenai meditasi melalui postingan di akun *instagramnya* baik dalam bentuk foto maupun video singkat dan dikemas dengan unik untuk menarik targetnya. *Riliv* merupakan salah satu jaringan sosial yang dapat menghubungkan semua orang yang mempunyai masalah pribadi agar dapat menyelesaikannya melalui konseling *online* yang ditawarkan dalam bentuk teks (Yuni Apsari et al., 2018, hlm. 47) .

Untuk mencari informasi dengan hanya mengandalkan media sosial mungkin saja dapat menimbulkan rasa cemas berlebihan mengenai kondisi yang sedang dialami dan hal ini yang nantinya akan mengakibatkan pengeluaran biaya yang tidak sedikit ketika akan menjalani pengobatan untuk merawat diri sendiri. Maka, untuk menindaklanjuti informasi yang didapat, tetap harus dengan melakukan pemeriksaan oleh seorang tenaga medis yang lebih profesional dalam bidangnya. Kurangnya literasi yang diberikan membuat masyarakat bisa saja mendapatkan informasi yang tidak valid, menurut penelitian yang dilakukan oleh Resti Agustina (2020, hlm. 5) salah satu penyebab yang mempengaruhi terhadap kurangnya literasi kesehatan mental adalah pendidikan. Hal ini karena pendidikan juga mampu memberikan akses dalam mencari sebuah informasi. Penyedia informasi ini salah satunya adalah perpustakaan yang menyimpan begitu banyak informasi yang dibutuhkan termasuk tentang kesehatan, karena fungsi dari perpustakaan itu sendiri sebagai penyedia informasi dari berbagai subjek.

Maka jika mencari dan mendapati informasi yang kurang valid, masyarakat bisa mendatangi perpustakaan. Sesuai dengan UU Nomor 43 Tahun 2007 pada pasal 1 ayat 1 yang berisi tentang perpustakaan, menyebutkan bahwa “Perpustakaan adalah instisusi pengelola koleksi karya tulis, karya cetak, dan/atau karya rekam secara profesional dengan sistem yang baku guna memenuhi kebutuhan pendidikan, penelitian, pelestarian, informasi, dan rekreasi para pemustaka”. Hal ini dikarenakan perpustakaan memiliki banyak sekali koleksi dan kegiatan yang mendukung pemustaka salah satu kegiatannya adalah literasi. Banyaknya informasi yang tersedia di perpustakaan ini memudahkan bagi pemustaka dan bisa dimanfaatkan dengan baik untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan. Budaya literasi ini memang erat kaitannya dengan perpustakaan karena memiliki peran penting di dalamnya untuk menyebarkan informasi, hal tersebut karena perpustakaan memiliki mampu mengoptimalkan segala sumber daya yang dimiliki untuk menubuhkembangkan budaya literasi dalam memenuhi kebutuhan yang sangat beragam (Tunardi, 2018, hlm. 69-70).

Selanjutnya dalam penelitian Tunardi pun mengatakan bahwa pustakawan adalah seseorang yang memiliki sebuah kompetensi khusus yang ia dapatkan melalui pendidikan atau kepelatihan yang sudah ditempuh sehingga memiliki tugas dan juga wewenang untuk melaksanakan pengelolaan dan juga pelayanan di perpustakaan. Diperjelas dengan peraturan dari Permenpan dan Reformasi Birokrasi RI Nomor 9 Tahun 2014 yang menyatakan bahwa pustakawan adalah seorang Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang sudah diberi tugas, tanggung jawab, wewenang dan hak untuk melaksanakan kegiatan kepastakawanan. Dijelaskan kembali pada Bab II pasal 4 dalam peraturan tersebut yang menyebutkan bahwa tugas utama pustakawan yaitu untuk melaksanakan kegiatan di bidang kepastakawanan seperti melakukan pengelolaan perpustakaan, pelayanan perpustakaan, dan pengembangan sistem kepastakawanan (Permenpan, 2014, hlm. 5). Dari pernyataan yang disebutkan, bahwa seorang pustakawan harus mampu dalam melakukan pengolahan sebuah informasi yang akan diberikan kepada pemustaka untuk memenuhi kebutuhan informasinya. Masyarakat dengan penggunaan *gadget* sangatlah melekat, sehingga sebagai tantangan tersendiri bagi seorang pustakawan dalam melakukan pengelolaan informasi. Hal ini mengapa literasi diperlukan bagi pemustaka, untuk mencerdaskan kembali mengenai informasi yang diterima.

Sehingga perlunya literasi kesehatan mental untuk mahasiswa, agar setiap informasi yang dicari dapat diterima dan valid, karena *self-diagnosis* akan sangat berbahaya jika dilakukan maka akan menimbulkan efek yang sangat buruk. Maka dari itu, peneliti sangat tertarik untuk meneliti mengenai bagaimana pengaruhnya media sosial literasi kesehatan mental “*Riliv*” terhadap *self-diagnosis* mahasiswa di Fakultas Ilmu Pendidikan UPI ini dan peneliti akan mengambil sampel pada angkatan 2018, seperti yang sudah dijelaskan di atas bahwa gangguan mental dapat terjadi pada seorang remaja di atas umur 15 tahun yang artinya salah satu kelompok dalam kategori usia tersebut merupakan kategori mahasiswa, selain itu karena mahasiswa angkatan 2018 ini juga merupakan mahasiswa yang akan menuju tingkat akhir dan sedang menempuh masa organisasi kampus sehingga kemungkinan mental yang dialami bisa saja menjadi buruk karena tekanan yang begitu kuat dan

banyak, sehingga biasanya mahasiswa dalam melakukan pencarian informasi mengenai kesehatan mental melalui media sosial. Aplikasi *Riliv* hadir dengan membawa lebih dari 40 orang psikolog di dalamnya tentunya dengan sertifikat ahli, untuk membantu setiap orang dalam menghadapi masalah mengenai kesehatan mental, namun tidak hanya melalui aplikasi, *Riliv* juga dapat ditemukan dalam media sosial *instagram* dengan membagikan informasi yang positif serta informatif bagi penggunanya untuk memberikan efek rasa tenang. Hanya saja jika hanya dengan mengandalkan media sosial tidaklah cukup, maka dari itu diperlukannya literasi kesehatan mental karena dapat dijadikan sebagai prediksi terhadap tindakan pencarian dalam pengobatan psikiatri yang terjadi dikalangan mahasiswa, karena dianggap jika semakin baik literasi kesehatan mentalnya maka, mereka akan mencari pertolongan dengan langsung mendatangi orang yang ahli di bidangnya serta mengabaikan segala stigma yang buruk (Cheng, Wang dalam Ryandra, 2019, hlm. 342).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah umum pada penelitian ini, yaitu “bagaimana pengaruh media sosial literasi kesehatan mental “*Riliv*” terhadap *self-diagnosis* pada mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI?”

Adapun dari rumusan masalah umum, dapat diuraikan beberapa rumusan masalah khusus sebagai berikut:

1. Apakah literasi kesehatan mental berpengaruh terhadap *self-diagnosis* mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI?
2. Bagaimana tanggapan mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI terhadap akun media sosial “*Riliv*” sebagai media literasi kesehatan mental?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan rumusan masalah yang sudah tertera di atas, adapun tujuan umum dari penelitian ini, yaitu “untuk mengetahui bagaimana pengaruh media sosial literasi kesehatan mental “*Riliv*” terhadap *self-diagnosis* pada mahasiswa FIP UPI”

Sehingga dapat diuraikan tujuan khusus yang merupakan turunan dari tujuan umum, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis* pada mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI;
2. Untuk mengetahui tanggapan mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI terhadap akun media sosial “*Riliv*” sebagai akun literasi kesehatan mental;

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ditinjau secara teoritis dan juga secara praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Pada penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat serta pemahaman bagi perpustakaan dan sains informasi khususnya dalam memenuhi kebutuhan literasi informasi kesehatan mental yang memiliki peran penting dalam mengatasi *self-diagnosis* yang sering kali dialami oleh mahasiswa dan diharapkan mampu menjadi sumber referensi dalam mencari informasi yang lebih relevan mengenai kesehatan mental.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti

Pada hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi pembelajaran yang berharga, serta menambah wawasan dalam ranah keilmuan perpustakaan dan sains informasi khususnya tentang literasi, kesehatan mental dan *self-diagnosis*.

- b. Bagi Mahasiswa

Pada hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dan diharapkan mampu menambah wawasan mengenai literasi kesehatan mental yang mampu mempengaruhi *self-diagnosis*.

- c. Bagi Pustakawan

Pada hasil penelitian ini dapat menjadi literatur atau referensi bagi pustakawan kepada pengguna untuk memberikan informasi mengenai kesehatan mental.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur pada penelitian skripsi ini merupakan sistematika penulisan skripsi yang berisi mengenai gambaran dari setiap bab yang terkandung di dalam skripsi. Berikut ini merupakan struktur organisasi skripsi dalam penelitian ini, yaitu:

Bab I berisi mengenai pendahuluan dari peneliti yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat dan struktur organisasi penelitian.

Bab II ini terdiri dari kajian teori penelitian, kerangka berfikir, asumsi dan hipotesis penelitian.

Bab III berisi mengenai metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu terdiri dari lokasi penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data dan analisis data.

Bab IV ini berisi mengenai temuan dan juga pembahasan yang terdiri dari deskripsi hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V berisi tentang simpulan dan saran yang menyajikan mengenai penafsiran dan juga pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian.

