

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan seorang manusia tidak hanya meliputi kesehatan fisik. Menurut World Health Organization definisi sehat adalah kondisi fisik, mental, dan kesejahteraan sosial yang merupakan satu kesatuan dan bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan. Komponen-komponen tersebut jika selaras membuat seseorang bisa dikatakan sehat. Namun, apabila salah satu dari komponen tersebut mengalami kerusakan maka bisa dikatakan sakit. Bukan hanya sakit dalam bentuk fisik, mental pun dapat sakit atau terganggu. Kesehatan mental atau kesehatan jiwa merupakan perasaan bahagia, semangat dalam menjalani hidup serta dapat melakukan hal-hal positif untuk diri sendiri maupun orang lain. Terganggunya kesehatan mental membuat orang tidak lagi merasakan perasaan yang sama ketika masih dalam keadaan mental yang sehat.

Gangguan kesehatan mental yang dapat dialami oleh seseorang sangat beragam yaitu, gangguan kecemasan, gangguan kepribadian, gangguan psikotik, gangguan suasana hati, gangguan makan, gangguan pengendalian impuls dan kecanduan, gangguan obsesif kompulsif (OCD), gangguan stress pascatrauma (PTSD). Ada beberapa faktor yang dapat meningkatkan resiko seseorang mengalami gangguan mental diantaranya: faktor genetik, riwayat keluarga yang memiliki gangguan serupa, stress berat, kejadian traumatis, penggunaan obat-obatan terlarang, dan juga kondisi medis.

Untuk mengetahui seseorang mengalami gangguan kesehatan mental membutuhkan diagnosis dari psikiater atau psikolog, karena gejala dan penyebab kurang bisa dipahami dengan baik oleh orang awam dan membutuhkan pengobatan khusus seperti obat-obatan dan juga terapi. Maka dari itu sangat berbahaya jika melakukan *self diagnosis* kepada orang yang dicurigai mengalami gangguan kesehatan mental tersebut.

Bahaya *self diagnosis* bisa berdampak sangat buruk kepada seseorang dengan gejala gangguan mental. Karena akan menyebabkan salah diagnonis dan bisa membuat gangguan yang sebenarnya dialami tidak terdeteksi dan menyebabkan gangguan tersebut semakin parah karena diagnosis yang salah. Itulah mengapa sangat disarankan untuk berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater. selain untuk mendapat diagnosis yang tepat penderita gangguan kesehatan mental dapat dengan leluasa menceritakan apa telah dialami. Hal ini sangat membantu penderita untuk lebih tenang.

Terganggunya kesehatan mental merupakan masalah yang sejak dulu hingga sekarang masih jarang mendapat perhatian dan penanganan yang serius. Karena banyak masyarakat yang belum mengetahui bahaya terganggunya kesehatan mental membuat penderita takut untuk berbicara dan mengungkapkan apa yang sedang dialami. Kebanyakan penderita dari kalangan remaja dewasa. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2018 mencatat ada lebih dari 19 juta penduduk Indonesia khususnya di Bandung yang berusia 15 tahun keatas yang mengalami gangguan mental.

Gangguan kesehatan mental yang kerap dijumpai pada remaja adalah *Borderline Personality Disorder* atau gangguan kepribadian ambang. BPD sendiri belum diketahui dengan pasti penyebabnya. Gejala mulanya ditandai dengan perubahan *mood* yang tidak stabil dalam waktu yang singkat membuat penderita kadang merasa kosong dan hampa, lalu merasa buruk dan tidak pantas untuk hidup sehingga membuat penderita membenci diri sendiri dan tak jarang banyak melakukan *self harm*, dan yang paling sering dialami oleh remaja saat ini adalah masalah dalam perteman penderita dapat menjalin hubungan yang instens dan tidak stabil.

Dalam lingkungan masyarakat saat ini masih sangat tabu akan pentingnya kesehatan mental bagi remaja karena masyarakat masih menganggap bahwa orang yang mengalami gangguan kesehatan mental sudah pasti gila. Kurangnya kepedulian dari lingkungan sekitar inilah yang membuat para penderita gangguan kesehatan mental menjadi takut untuk bercerita dan bahkan bisa membuat gangguan yang dialami semakin parah. Penderita gangguan kesehatan mental bukan berarti gila. Kurang kepedulian orang terdekat juga membuat sangat sedikit penderita yang sadar bahwa mereka memerlukan dokter atau penanganan profesional serta

dukungan dari lingkungan sekitar agar penderita dapat berkembang dan menyalurkan apa yang ia rasakan tanpa harus membawa dampak buruk bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar. Karena apabila dibiarkan tanpa mendapat penanganan profesional akan sangat berdampak buruk bagi penderita gangguan kesehatan mental bahkan bisa membuat penderita merasa tidak berharga dan memutuskan untuk mengakhiri hidup. Pada tahun 2012 bunuh diri menempati posisi kedua penyebab kematian tertinggi di dunia, dalam kasus ini terjadi pada usia remaja, seperti yang pernah disebutkan oleh World Health Organization (dalam The Asian Parent).

Berdasarkan alasan yang telah penulis jabarkan diatas maka penulis mengangkat Pentingnya Kesehatan Mental menjadi tema tugas akhir dan memilih judul “ Kampanye Sosial Tentang Pentingnya Kesehatan Mental Di Bandung” dengan harapan dapat membantu meningkatkan kepedulian keluarga dan lingkungan masyarakat untuk lebih peduli terhadap penderita gangguan kesehatan mental yang masih dalam usia remaja. Selain itu juga penulis merancang media kampanye yang tepat agar sehingga masyarakat bisa dengan mudah mendapatkan informasi tentang gangguan mental dan cara penanganannya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, penulis menyimpulkan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Usia remaja adalah usia yang rentan mengalami gangguan mental
2. Kurangnya pengetahuan masyarakat terutama keluarga tentang kesehatan mental dan bahaya gangguan mental yang dialami oleh remaja
3. Kurangnya media informasi dalam penyampaian pentingnya kesehatan mental pada remaja.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, permasalahan yang dihadapi dalam perancangan Tugas Akhir adalah:

1. Bagaimana merancang media visual media kampanye social tentang pentingnya kesehatan mental yang tepat?
2. Bagaimana merancang strategi kampanye yang tepat untuk meningkatkan *awareness* masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental remaja?

1.4 Ruang Lingkup

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka ruang lingkup masalah tersebut adalah:

1. Apa

Perancangan akan fokus pada kampanye sosial tentang kesehatan mental dan bahayanya bagi remaja

2. Dimana

Perancangan dan penelitian akan dilaksanakan di Bandung.

3. Siapa

Target audiens adalah masyarakat terutama keluarga yang memiliki anak remaja, guru, dan juga remaja itu sendiri

4. Kapan

Pengumpulan data dan penelitian dilakukan mulai awal akhir tahun 2019 hingga menjelang akhir tahun 2020

5. Bagaimana

Merancang kampanye sosial pentingnya kesehatan mental untuk remaja yang informatif sehingga dapat melakukan pencegahan.

1.5 Tujuan Perancangan

1. Terancangnya strategi pesan untuk meng-kampayekan pentingnya kesehatan mental sesuai dengan target audiens.
2. Terancangnya strategi media visual yang tepat untuk kampanye

1.6 Metode pengumpulan data dan analisis

1.6.1 Metode Pengumpulan Data

Berikut adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh penulis :

a. Primer

1. Wawancara

Pengertian wawancara adalah “proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan dalam mana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan” (Supardi, 2006:9). Penulis melakukan wawancara kepada beberapa narasumber seperti masyarakat, dokter psikiater, dan juga penderita gangguan mental.

2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan (Riduwan, 2004 :104). penulis melakukan observasi secara langsung.

3. Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberikan pertanyaan tertulis untuk dijawab oleh responden. Menurut Kusumah dan Dwitagama (2011:78). Peneliti membagikan kuisisioner ke beberapa remaja yang ada di Bandung terkait permasalahan yang diangkat.

b. Sekunder

1. Studi Pustaka

Penulis juga mengumpulkan data dari buku-buku, jurnal-jurnal baik jurnal fisik maupun *e-journal*, dan penelitian yang sudah ada sebelumnya. Sebagai referensi literatur dan patokan pengerjaan perancangan tugas akhir ini.

1.6.2 Analisis Data

a. Analisis Matriks

Analisis Matriks adalah metode mengumpulkan beberapa hasil visual yang serupa untuk dibandingkan dengan objek visualnya sehingga dapat mengidentifikasi produk sejenis. Setiap objek memiliki gaya gambar atau genre yang berbeda apabila dinilai menggunakan tolak ukur yang sama (Soewardikoen, 2013:50)

1.7 Kerangka perancangan

Perancangan Kampanye Sosial Tentang Pentingnya Kesehatan Mental di Bandung

Fenomena

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh penulis, masih banyak orang yang mengalami gangguan mental khususnya para remaja namun belum mendapatkan penanganan profesional dan ditambah perlakuan masyarakat yang belum bisa menerima adanya

Rumusan Masalah

1. Bagaimana merancang visual media kampanye sosial yang tepat?
2. Bagaimana merancang kampanye yang tepat untuk

Metode Pengumpulan Data

Primer : wawancara, observasi, kuesioner

Analisis Data

Analisis matrix untuk membandingkan data objek

Hasil Analisis Data

Memberikan media informasi yang tepat melalui kampanye sosial dan meningkatkan kepedulian serta pemahaman kepada masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental dan bahaya yang mengancam penderita.

1.8 Pembabakan

Dalam perancangan dan penyusunan Tugas Akhir ini terdiri dari lima bab dengan susunan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Berisi mengenai penjelasan latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup, serta tujuan penelitian.

BAB II DASAR PEMIKIRAN

Berisi tentang landasan pemikiran berupa teori-teori yang diambil melalui studi pustaka.

BAB III DATA DAN ANALISIS MASALAH

Berisi penjelasan dan pemaparan pengolahan data dan analisis data yang berkaitan dengan kesehatan mental, gangguan mental borderline yang dialami oleh remaja, serta penanganan. Sehingga dapat menghasilkan solusi yang tepat untuk target audiens.

BAB IV KONSEP DAN HASIL PERANCANGAN

Berisi penjelasan konsep visual yang akan digunakan dalam perancangan media kampanye. Serta menjelaskan hasil dari data yang telah didapatkan

BAB V PENUTUP

Berisi penjelasan dan pemaparan kesimpulan dari penulis yang dapat diambil dari karya, juga berisi saran.

BAB II

DASAR PEMIKIRAN

2.1 Kampanye

2.1.1 Pengertian Kampanye

Kampanye adalah serangkaian tindakan komunikasi yang sudah terencana dengan maksud tujuan tertentu untuk menciptakan sebuah pemikiran baru dengan khalayak dalam jumlah besar dan dilakukan dengan secara berkelanjutan pada kurun waktu tertentu, menurut Rogers dan Storey (venus: 2012:7). berdasarkan definisi diatas bisa disimpulkan bahwa kampanye adalah kegiatan atau tindakan yang tujuannya adalah menyampaikan gagasan dengan sistem yang terencana.

2.1.2 Ciri dan Sifat Kampanye

Berdasarkan penjelasan diatas, setiap kegiatan kampanye harus memiliki 4 hal wajib, yaitu:

1. Kampanye ditujukan kepada khalayak agar mempunyai sudut pandang baru terhadap suatu permasalahan.
2. Cenderung lebih efektif karena khalayak dalam jumlah yang besar.
3. Terpusat dan dalam waktu yang sudah ditentukan.
4. Dikomunikasikan dengan cara yng sudah terorganisir.

Tidak hanya ke-empat hal tersebut, suatu kegiatan bisa disebut kampanye apabila memiliki karakteristik seperti sumber yang jelas agar khlayak tidak mendapatkan informasi dan pesan yang salah sehingga kampanye berjalan dengan lancar dan membawa dampak positif kepada khalayak.

Aspek yang berkaitan dengan kampanye ada tiga, menurut penjelasan Ostergard (dalam venus, 2012:10), ketiga aspek tersebut adalah, *awareness*, *attitude*, dan *action*. Ketiga tahapan aspek ini saling berkaitan yaitu pada tahap pertama adalah membangun kesadaran khalayak