

## **BAB II**

### **DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN**

Bab II ini menjelaskan tentang deskripsi mengenai objek penelitian ini yaitu Channel Youtube “Menjadi Manusia” dimulai gambaran kesehatan mental di Indonesia, latar belakang pembentukan channel Youtube “Menjadi Manusia”, jenis-jenis konten yang dipublikasikan channel tersebut, hingga keunggulan konten channel tersebut.

#### **2.1 Kesehatan Mental di Indonesia**

Definisi Kesehatan mental menurut WHO “: *Mental health is defined as a state of well-being in which every individual realizes his or her own potential, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to her or his community.*” Sedangkan definisi Kesehatan jiwa menurut undang-undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan jiwa. “Kesehatan Jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya”. Berdasarkan hasil survei dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022* menyatakan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental serta satu dari dua puluh remaja memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir (Gloria, 2022). Walaupun isu tentang kesehatan mental saat ini populer, namun berdasarkan riset oleh Universitas

Gajah mada (UGM) menyatakan bahwa hanya 4,3% penduduk yang menyadari tentang gangguan mental yang dialami, sedangkan sisanya terabaikan atau tidak mengetahui informasi mengenai gejala dan penanganan kesehatan mental tersebut. Dengan demikian, penting bagi masyarakat dalam memahami pengetahuan akan kesehatan mental, hal tersebut disebutkan oleh Kutcher, Wei, dan Coniglio (2016) dalam jurnal yang berjudul “*Mental Health Literacy: Past, Present, dan Future*” menyatakan bahwa pengetahuan yang penting untuk diketahui oleh masyarakat sebagai berikut :

1. Pengetahuan tentang bagaimana mencegah gangguan mental;
2. Pengetahuan tentang kondisi gangguan mental dasar;
3. Pengetahuan tentang opsi pencarian pertolongan dan perawatan yang tersedia;
4. Pengetahuan tentang strategi pertolongan mandiri yang efektif untuk masalah yang lebih ringan; dan
5. Keterampilan pertolongan pertama untuk mendukung orang lain yang mengalami gangguan mental atau berada dalam krisis kesehatan mental.

## **2.2 Latar Belakang Channel Youtube “Menjadi Manusia”**

Channel Youtube “Menjadi Manusia” adalah sebuah platform Youtube yang mana sebagian besar konten-konten yang dipublikasikan membahas tentang pengalaman hidup seseorang dengan dikemas secara unik dan menarik. Channel tersebut memiliki dideskripsikan sebagai sebuah ruang yang hangat untuk siapa pun

yang ingin mendengar dan membagikan cerita kehidupan. Channel tersebut memiliki 890 ribu subscriber dimana sebagian besar kontennya memuat tentang kisah orang-orang yang mengalami kesulitan dalam menjalani hidup atau mengalami depresi.

**Gambar 2.1**  
**Tampilan Channel Youtube "Menjadi Manusia"**



Sumber : <https://www.youtube.com/@MenjadiManusia/>

Di sisi lain, pembuatan channel tersebut dilatarbelakangi oleh sang pemilik akun yang juga pernah mengalami gangguan mental dan menjalani terapi di psikiater. Konten-konten yang dibagikan pada channel tersebut dibawakan oleh beberapa narasumber dengan berbagai latarbelakang, entah itu seorang ahli dalam bidang kesehatan mental, maupun masyarakat biasa yang juga pernah mengalami gangguan mental. Konten channel youtube “Menjadi Manusia” dikemas dengan sederhana dengan narasi yang mampu menyentuh dan meningkatkan motivasi, inspirasi, dan solusi bagi para audiensnya. Mengingat narasumber dari konten-konten yang dibagikan tersebut berasal dari berbagai latar belakang menjadikan channel Youtube “Menjadi

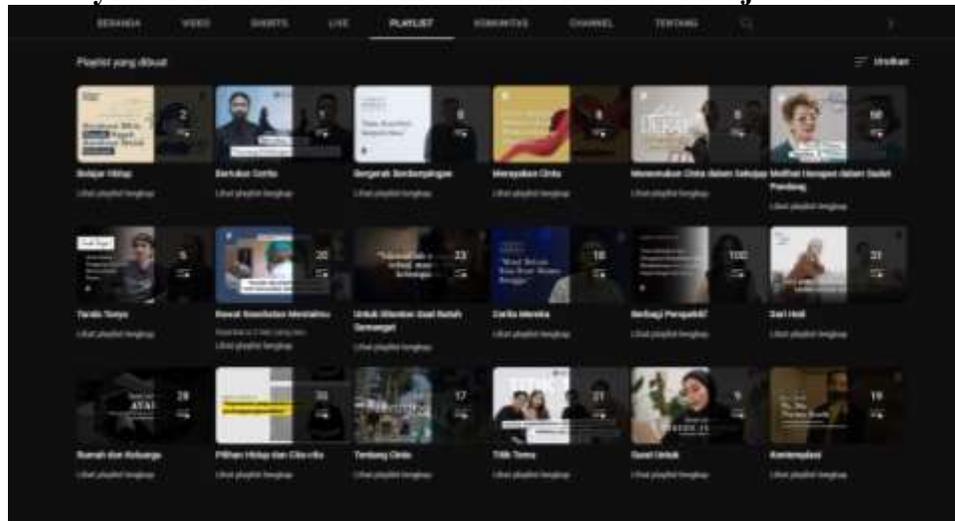
Manusia” dapat memberikan berbagai perspektif mengenai isu kesehatan mental yang mampu meningkatkan informasi masyarakat tentang isu tersebut.

Channel yang didirikan oleh Rhaka Ghanisatria bersama dengan dua temannya yaitu Adam Alfares Abednego dan Levina Purnamadewi pada 2018 ini, ditujukan untuk orang-orang yang ingin mendengar cerita tentang permasalahan kehidupan yang dialami oleh berbagai narasumber, orang-orang yang merasa sendirian, dan mengalami kesulitan dalam menjalani hidup, juga sebagai wadah bagi orang yang mengalami masalah kehidupan untuk berbagi cerita tentang bagaimana mereka mampu mengatasi permasalahan kehidupan yang dialaminya. Keberadaan akun ini bertujuan agar masyarakat dapat memetik pelajaran dari pengalaman narasumber, memberi inspirasi, motivasi, dan solusi bagi orang-orang yang mengalami permasalahan kehidupan, serta sebagai media informasi tentang arti penting kesehatan mental (Saputra & Cholifah, 2022).

### **2.3 Konten Channel Youtube “Menjadi Manusia”**

Channel Youtube “Menjadi Manusia” memiliki beberapa jenis konten yang dipublikasikan yaitu, Tanda Tanya, Rawat Kesehatan Mentalmu, Cerita Mereka, Berbagi perspektif, Dari Hati, Rumah dan Keluarga, Pilihan Hidup dan Cita-Cita, Tentang Cinta, Titik Temu, Surat Untuk, dan Kontemplasi.

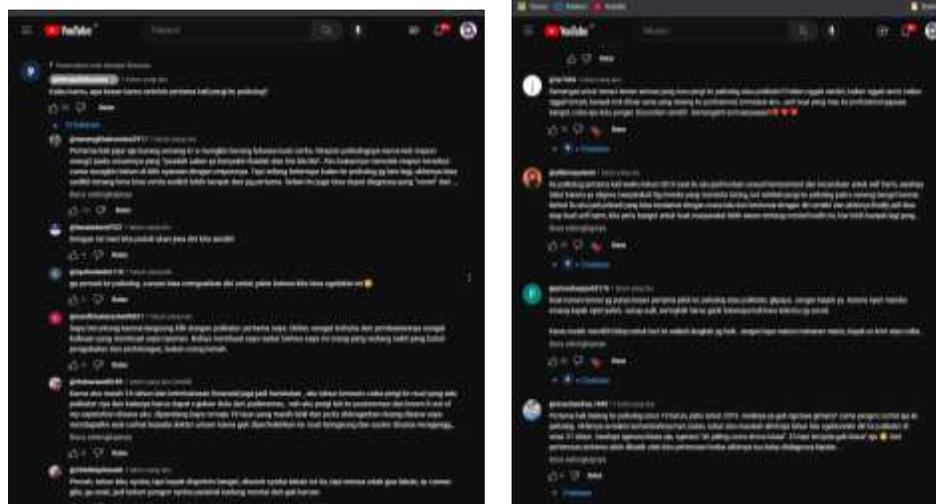
**Gambar 2.2**  
**Playlist konten video dalam Channel Youtube Menjadi Manusia**



Sumber : <https://www.youtube.com/@MenjadiManusia/>

Dalam penelitian ini, hanya akan membahas pada segmen “Cerita Mereka, Episode : Saat Pertama Kali ke Psikolog”. Segmen konten tersebut berisi tentang berbagai pengalaman dari beberapa narasumber yang menceritakan kisah bagaimana *struggle* mereka saat pertama kali ke psikolog serta perubahan yang mereka rasakan setelah berkunjung ke profesional. Konten tersebut dipublikasikan pada 06 Mei 2022. Video berdurasi 12;38 menit mendapatkan berbagai komentar dari audiens. Konten video tersebut mendapatkan berbagai komentar dari audiens yang mana sebagian besar juga mengungkapkan tentang pengalaman mereka saat pertama kali pergi ke psikolog.

**Gambar 2.3**  
**Kumpulan Komentar Audiens pada Konten Video “Cerita Mereka Eps : Saat Pertama Kali ke Psikolog**



Sumber : <https://www.youtube.com/@MenjadiManusia/>

## 2.4 Keunggulan Channel Youtube “Menjadi Manusia”

Channel Youtube “Menjadi Manusia” menjadi salah satu channel yang direkomendasikan oleh beberapa artikel berkaitan dengan platform yang membahas mengenai kesehatan mental atau psikologi yang berkualitas dan bermanfaat untuk pengembangan diri masyarakat yang mana dinilai memiliki daya tarik seperti yang dilansir dari idntimes. Berikut beberapa artikel tersebut sebagai berikut :

**Tabel 2.1**  
**Jajaran Rekomendasi Channel Youtube tentang Kesehatan Mental dari**  
**Berbagai Artikel**

No.	Nama Channel (Sumber : iditimes)
1.	Analisa Channel
2.	Gita Savitri Devi
3.	Menjadi Manusia
4.	Satu <u>Perasaan</u> Indonesia
5.	Psikologi Cinta

No.	Nama Channel (Sumber : gadis.com)
1.	Menjadi Manusia
2.	Ruang Moral
3.	Satu <u>Perasaan</u> Indonesia
4.	Sisi Terang
5.	Analisa Channel
6.	Mind and Brain

No.	Nama Channel (Sumber : rukita.co)
1.	Satu <u>Perasaan</u> Indonesia
2.	Greatmind
3.	Menjadi Manusia
4.	Analisa Channel

No.	Nama Channel (Sumber : kampuspsikologi.com)
1.	Kampus Psikologi
2.	Satu <u>Perasaan</u> Indonesia
3.	Sisi Terang
4.	Ruang Moral
5.	Mind and Brain
6.	Analisa Channel
7.	Menjadi Manusia
8.	Semesta Psikometrika

No.	Nama Channel (Sumber : kumparan.com)
1.	Satu <u>Perasaan</u> Indonesia
2.	Psych2Go
3.	Gita Savitri Devi
4.	Menjadi Manusia
5.	Analisa Channel

Tak hanya itu, berdasarkan data dari noxinfluencer.com yang mana merupakan ruang basis data untuk mencari pertumbuhan konten diberbagai media sosial diseluruh dunia. Channel Youtube “Menjadi Manusia mendapatkan peringkat ke 5 (lima) sebagai *top influencer* dengan presentase bidang kesehatan sebesar 21,3%, hiburan sebesar 31,0%, film 22,9%, serta berita & politik sebesar 24,8%. Komponen penilaian dari noxinfluencer.com didasarkan pada berbagai berbagai komponen, seperti: 1) Pertumbuhan Pengikut, 2) Pembuatan dan Publikasi, 3) Kualitas Saluran dalam Menyampaikan Informasi, 4) Kredibilitas Pemirsa, dan 5) Tingkat Keterlibatan. Dengan demikian, jika dilihat dari komponen penilaian data tersebut yang mana salah satu komponennya adalah kualitas informasi saluran, dapat dikatakan bahwa konten channel Youtube memiliki kualitas yang cukup baik.