

BAB II. PEMBAHASAN MASALAH & SOLUSI MASALAH PEDULI PENDERITA KESEHATAN MENTAL

II.1. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan suatu kemampuan individu dalam menyesuaikan dirinya baik dengan diri sendiri, lingkungan internal, maupun dengan lingkungan sosialnya. Menurut Pieper dan Uden (2006), Kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidup. Namun secara umum definisi kesehatan mental adalah suatu individu yang memiliki tingkatan kesejahteraan psikologis, kesejahteraan sosial, dan ketiadaan gangguan jiwa. Menurut Roeser, Eccles, dan Strobel (Dalam Rosalyn H. Shute, Ed, 2011.) mengemukakan bahwa ada dua dimensi kesehatan mental, yaitu :

1. Absen dari ketidakberfungsian atau kerusakan dari beberapa aspek seperti aspek psikologis, emosi, perilaku, dan sosial.
2. Hadirnya keberfungsian secara optimal dari aspek psikologis dan sosial.

Senada dengan pendapat di atas, Darajat (1975) mengemukakan bahwa kesehatan mental merupakan terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi segala permasalahan yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Kesehatan mental dapat juga diartikan sebagai suatu kondisi yang memungkinkan dalam perkembangan fisik, sisi intelektual dan sisi emosional yang optimal dari suatu individu dan perkembangan itu selaras dengan perkembangan orang lain. Fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup, harus dapat saling membantu dan bekerja sama satu dengan yang lainnya sehingga dapat dikatakan adanya keharmonisan, yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin. Kesehatan mental adalah keadaan sejahtera dalam diri

individu yang ditandai dengan kemampuannya untuk merealisasikan abilitynya, mengatasi stres dalam kehidupannya, bekerja yang produktif dan sukses, dan berkontribusi terhadap masyarakat. Pengertian lain dikemukakan bahwa kesehatan mental adalah kesejahteraan psikologis, absen dari sakit mental, atau keadaan psikologis seseorang yang berfungsi meraih kepuasan emosional dan penyesuaian tingkah laku (Shute, 2016). Dalam perspektif psikologi positif, kesehatan mental meliputi kemampuan individu untuk menyenangkan kehidupan, melakukan berbagai aktivitas secara seimbang, dan berusaha untuk mencapai resiliensi psikologis.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2017 mengemukakan bahwa kesehatan mental meliputi kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*), efikasi diri (*self-efficacy*), otonomi, kompetensi, dan aktualisasi diri secara emosional dan intelektual. Selanjutnya WHO menyatakan bahwa kesehatan mental individu ditandai dengan kemampuan merealisasikan segala perbuatannya, mengatasi stres secara normal, bekerja dan belajar secara produktif, dan dapat berkontribusi dengan lingkungannya. Berdasarkan beberapa pengertian di atas terkait kesehatan mental, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah keadaan psikologis seseorang yang ditandai dengan kemampuan mengelola emosi dan pikiran, mengembangkan potensi diri, berinteraksi dengan orang lain secara konstruktif, bekerja atau belajar secara produktif, dan juga berkontribusi bagi kesejahteraan bersama.

II.1.1. Karakteristik Mental

Berdasarkan dari pengertian kesehatan mental yang sudah diuraikan di atas, terdapat dua macam karakteristik mental, yaitu mental yang sehat dan mental yang tidak sehat. Mental yang sehat lebih mengacu pada kondisi atau sifat-sifat positif, dan sebaliknya mental yang tidak sehat lebih mengacu pada kondisi atau sifat-sifat negatif. Berikut merupakan ciri dari kondisi mental yang sehat dan tidak sehat :

Menurut Pribadi (1981) ciri-ciri atau manifestasi jiwa yang sehat suatu individu adalah sebagai berikut:

- Perasaan aman, bebas dari rasa cemas
- Rasa harga diri yang mantap
- Spontanitas dan kehidupan emosi yang hangat dan terbuka

- Mempunyai keinginan-keinginan yang sifatnya duniawi, jasmani yang wajar, dan mampu memuaskannya
- Dapat belajar mengalah dan merendahkan diri sederajat dengan orang lain
- Tahu diri, artinya mampu menilai kekuatan dan kelemahan dirinya (baik fisik maupun psikis) secara tepat dan objektif
- Mampu melihat realitas sebagai realitas dan memperlakukannya sebagai realitas (tidak menghayal)
- Toleransi terhadap ketegangan atau stres, artinya tidak panik pada saat menghadapi masalah (fisik, psikis, dan sosial)
- Integrasi dan kemantapan dalam kepribadian
- Mempunyai tujuan hidup yang kuat (positif dan konstruktif)
- Kemampuan dalam belajar dari pengalaman hidupnya sendiri
- Kemampuan menyesuaikan diri dalam suatu batas-batas tertentu dengan norma-norma kelompok
- Kemampuan tidak terikat oleh kelompok (mempunyai pendirian sendiri, dapat menilai baik-buruk, benar-salah tentang kelompoknya)

Uraian diatas menunjukkan ciri-ciri karakteristik mental yang sehat, namun menurut Schneiders (1964, h.34) terdapat juga ciri atau manifestasi jiwa yang tidak sehat yang mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Perasaan tidak nyaman
- Perasaan tidak aman
- Kurang memiliki rasa percaya diri
- Pesimis dalam menghadapi kehidupan
- Sering merasa tertekan dalam menjalani kehidupan
- Kurang mendapat kepuasan dalam berhubungan sosial
- Kurang memahami diri
- Ketidakmatangan emosi
- Kepribadiannya terganggu
- Kurang memiliki rasa tanggung jawab
- Mengalami patologi dalam struktur sistem saraf

II.1.2. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Pada dasarnya belum diketahui secara pasti penyebab dari faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, namun dari beberapa data yang didapatkan terkait faktor yang mempengaruhi kesehatan mental ini terdapat dua faktor yang meliputi faktor internal dan eksternal. Menurut Mahfud (2014) untuk faktor internal yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang, meliputi dari kondisi fisik suatu individu, kepribadian individu, perkembangan dan kematangan dalam kehidupannya, sisi psikologis, keberagamaan, menyikapi segala masalah dalam kehidupan, kebermaknaan hidup, dan keseimbangan dalam berpikir. Lalu terdapat juga faktor eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang, meliputi suatu keadaan sosialnya, keadaan ekonomi, politik, adat, lingkungan sekitar dan lain sebagainya. Selanjutnya, berdasarkan data yang ditemukan terkait faktor yang mempengaruhi kesehatan mental ini, faktor internal merupakan faktor paling dominan yang mempengaruhi kesehatan mental suatu individu. Meskipun demikian, menurut beberapa ahli kedua faktor tersebut dinilai memang sangat penting dan sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental suatu individu sehingga perlu sekali untuk diperhatikan. Namun menurut Fauzia (2017) terdapat juga beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang yaitu faktor biologis, faktor psikologis, faktor sosial budaya, dan faktor lingkungan. Berikut ini merupakan faktor faktor yang mempengaruhi kesehatan mental:

Faktor Biologis

- Meliputi gangguan pada fungsi sel saraf didalam otak
- Infeksi, misalnya terkena serangan bakteri *streptococcus*
- Kelainan bawaan atau cedera pada otak
- Kerusakan otak akibat terbentur atau kecelakaan
- Kekurangan oksigen pada otak bayi saat melakukan proses persalinan
- Memiliki orang tua atau keluarga yang menderita gangguan mental

Faktor Psikologis

- Peristiwa traumatik, seperti kekerasan dan pelecehan seksual
- Kehilangan orang tua atau disia-siakan di masa kecil
- Menjalani kehidupan yang penuh tekanan

- Perceraian atau ditinggal mati oleh pasangan
- Perasaan rendah diri, tidak mampu, marah, atau kesepian
- Mengalami kegagalan dalam hidup, seperti sekolah atau pekerjaan

Faktor Sosial dan Lingkungan

- Pergaulan yang bersifat negatif, seperti menggunakan narkoba, meminum minuman beralkohol, sex bebas, dan lain sebagainya.
- Mengalami kerugian sosial, seperti masalah kemiskinan atau utang
- Ekspektasi atau harapan yang terlalu tinggi dari lingkungan sekitar
- Masalah kelompok minoritas, sehingga mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari lingkungan sekitar
- Merasa dikucilkan oleh lingkungan sekitar

II.1.3. Masalah Kesehatan Mental Yang Sering Dijumpai

Umumnya seseorang yang menderita masalah kesehatan mental diakibatkan dari sistem perkembangan kehidupannya setelah beranjak dewasa. Kehidupan yang semakin modern membawakan dampak negatif seperti memiliki tuntutan kehidupan yang harus dipenuhi. Menurut Adrian (2020), terdapat banyak sekali masalah kesehatan mental yang diderita seseorang, namun berikut ini merupakan beberapa masalah kesehatan mental yang sering dijumpai dilingkungan sekitar :

- **Gangguan Suasana hati**
Gangguan suasana hati atau biasa disebut depresi merupakan sebuah gangguan yang dialami seseorang yang menimbulkan perasaan sedih yang mendalam, perasaan tidak peduli akan kehidupannya, dan menganggap sedang merasakan titik terendah dalam hidupnya. Seseorang yang mengalami masalah kesehatan mental ini biasanya selalu mengurung diri dan cenderung menyendiri.
- **Gangguan Makan**
Merupakan sebuah gangguan yang dialami seseorang dalam mengonsumsi makanan. Penyebab dari masalah kesehatan mental ini meliputi tidak puas akan bentuk tubuhnya sendiri, stigma negatif tentang berat badan, dan diakibatkan dari merasakan stres secara berlebihan.

- **Gangguan Perasaan**

Merupakan sebuah gangguan yang menyebabkan seseorang mengalami ketidakstabilan perasaan. Seseorang yang mengalami masalah kesehatan mental ini biasanya akan mengalami perasaan bahagia yang berlebihan di satu waktu dan juga sedih secara berlebihan di lain waktu.

II.1.4. Pengertian Kepedulian Sosial

Kepedulian sosial merupakan suatu sikap yang dimiliki seorang manusia yang berbentuk sebuah tindakan nyata sebagai makhluk sosial. Juwani (2010) berpendapat bahwa kepedulian adalah sebuah sikap keberpihakan seseorang untuk melibatkan diri dalam segala persoalan, keadaan atau kondisi yang terjadi di lingkungan sekitar. Sikap peduli dapat diartikan juga sebagai suatu sikap untuk senantiasa dapat ikut serta merasakan penderitaan yang dimiliki orang lain, seperti ketika merasakan penderitaan kerabat yang sedang sakit, merasakan kesedihan ketika tertimpa musibah seperti bencana, dan berbagai bentuk kesulitan yang dialami orang lain. Pada dasarnya sikap peduli mempunyai makna yang sangat beragam, seperti menyangkut dalam hal pribadi, peran, dan hubungan manusia.

Seluruh manusia yang hidup di muka bumi sudah pasti membutuhkan manusia lain dalam melangsungkan kehidupannya, begitulah konsep sebenarnya makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia pada dasarnya memiliki kepedulian sosial yang sangat tinggi terkait segala persoalan yang terjadi di lingkungan sekitarnya (Welianto, 2020). Sudah seharusnya saat ini manusia meningkatkan sikap kepedulian sosial kepada suatu individu yang tertimpa suatu persoalan seperti peduli dengan penderita masalah kesehatan mental yang ada di lingkungan sekitarnya. Kepedulian sosial juga disebutkan sebagai sikap keterhubungan antar manusia pada umumnya, dan sebuah empati bagi setiap umat manusia .

Lingkungan terdekat juga memiliki pengaruh besar dalam menentukan tingkat kepedulian sosial suatu manusia, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, serta lingkungan masyarakat tempat dimana seseorang tumbuh (Wardhani, 2010). Dengan adanya pengaruh dari lingkungan

tersebut, seseorang akan mendapatkan nilai-nilai tentang kepedulian sosial. Kepedulian sosial yang dimaksud bukan bertujuan untuk mencampuri urusan orang lain, akan tetapi lebih pada membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi orang lain dengan tujuan kebaikan, kedamaian, dan keselamatan.

II.1.5. Jenis-Jenis Kepedulian Sosial

Menurut Nuryana (2017) secara umum kepedulian sosial terbagi menjadi tiga bagian yang meliputi kepedulian saat suka maupun duka, kepedulian pribadi dan bersama, dan kepedulian yang sering lebih mendesak, berikut penjelasannya:

- Kepedulian suka maupun duka
Yaitu kepedulian yang timbul dari keterlibatan antara satu pihak dengan pihak lain dalam merasakan segala hal yang sedang dirasakan atau dialami orang lain.
- Kepedulian pribadi dan bersama
Yaitu kepedulian yang timbul dari hati yang bersifat pribadi, kemudian juga timbul disaat kepedulian harus dilakukan secara langsung dan berkelanjutan.
- Kepedulian yang mendesak
Yaitu kepedulian yang bersifat kepentingan bersama meliputi hal hal yang harus diutamakan sehingga harus cepat dilakukan.

II.1.6. Ciri Masyarakat Yang Memiliki Kepedulian Sosial

Masyarakat memiliki sikap kepedulian sosial antar manusia pada umumnya, dalam arti lain memiliki sebuah empati untuk membantu sesama (Nuryana, 2017). Terdapat beberapa ciri masyarakat yang memiliki kepedulian sosial diantaranya:

- Memiliki faktor simpati yang dimana merasa tertarik dengan sifat atau pola tingkah laku orang lain, sehingga menimbulkan perasaan untuk bisa memahami dan mengetahui sifatnya lebih dalam.
- Meringankan suatu penderitaan yang dialami orang lain, dalam arti dapat bisa memahami pentingnya kepedulian sosial dalam ruang lingkup bermasyarakat.
- Memperhatikan kondisi kesusahan yang ada disekitarnya, sehingga menimbulkan sikap membantu antar sesama manusia.

II.2. Objek Permasalahan

II.2.1. Penderita Kesehatan Mental

Penderita kesehatan mental merupakan seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mentalnya yang dapat mempengaruhi emosi, pola pikir, dan perilaku penderitanya. Masalah kesehatan mental yang diderita seseorang tersebut dapat menimbulkan dampak negatif untuk kehidupannya, seperti merasakan stres yang amat berat dan penderitaan secara langsung bagi penderita dan keluarganya (Stuart, 2008). Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya terkait penderita masalah kesehatan mental, umumnya para penderita masalah kesehatan mental mengalami perasaan yang sangat sulit dalam menjalani kehidupannya sehari-hari seperti tidak ada gairah untuk melanjutkan kehidupan karena diakibatkan dari perasaan kecewa berlebih terhadap dirinya sendiri. Belum lagi mendapati diskriminasi dan stigma negatif yang muncul dari lingkungan sosial terkait kondisinya, seperti mendapati label atau sebutan orang gila dan orang aneh.



Gambar II.1 Ilustrasi Penderita Kesehatan Mental Mengalami Stres
Sumber : <https://www.medcom.id/rona/kesehatan/OKvXwpob-6-penyakit-yang-bisa-muncul-karena-stres>

Kemudian jika merujuk pada UU Kesehatan Jiwa, orang dengan masalah kesehatan mental atau disebut dengan ODMK dan orang dengan gangguan jiwa atau biasa disebut dengan ODGJ itu berbeda tentunya. Menurut UU Kesehatan Jiwa No.18

tahun 2014, orang dengan masalah kesehatan mental atau biasa disebut dengan ODMK adalah seseorang yang memiliki masalah dari sisi fisik, mental, sosial, dan perkembangan kualitas hidupnya sehingga memiliki risiko mengalami gangguan jiwa. Sedangkan orang dengan gangguan jiwa yang disingkat ODGJ adalah orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala dan perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsinya sebagai manusia.

Terdapat banyak sekali faktor yang dapat memicu seseorang mengalami masalah kesehatan mental, mulai dari menderita penyakit tertentu sampai dengan mengalami stres akibat peristiwa traumatis yang menimpa kehidupannya. Bukan hanya menjaga kesehatan fisik, menjaga kesehatan mental juga sangat diperlukan. Jika seseorang tidak bisa menjaga kesehatan mentalnya dengan baik maka secara tidak langsung akan dengan mudahnya dapat terserang masalah kesehatan mental. Masalah kesehatan mental juga dapat menyebabkan beberapa gangguan ringan sampai dengan gangguan yang berat terhadap cara suatu individu berpikir, bertindak, dan bersosialisasi.

Makarim (2020), berpendapat bahwa terdapat beberapa gejala atau tanda seseorang mengalami masalah kesehatan mental, berikut beberapa contoh atau gejala dari masalah kesehatan mental :

- Perasaan sedih yang berkelanjutan hingga berlangsung berminggu-minggu, bahkan berbulan-bulan lamanya
- Perasaan cemas dan takut yang berlebihan secara terus menerus, sampai mengganggu aktivitas sehari-hari
- Perubahan pada pola tidur, seperti mudah mengantuk, sulit tidur, serta gangguan pernapasan dan mengalami kegelisahan saat tidur
- Gangguan makan, misalnya merasa takut berat badan bertambah, cenderung memuntahkan makanan
- Marah atau emosi secara berlebihan sampai tak terkendali dan dapat melukai atau mencelakai dirinya sendiri

- Waham atau delusi, yaitu meyakini sesuatu yang tidak nyata atau tidak sesuai dengan fakta yang sebenarnya
- Halusinasi, yaitu sensasi ketika seseorang melihat, mendengar, atau merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak nyata
- Suasana hati yang dapat berubah-ubah secara drastis dalam waktu tertentu
- Kecanduan nikotin dan alkohol, serta penyalahgunaan NAPZA

II.2.2. Jenis-Jenis Masalah Kesehatan Mental

Secara umum, jenis-jenis masalah kesehatan mental sangatlah beragam. Anggraini (2020), mengemukakan bahwa hal tersebut dapat dipengaruhi dari berbagai faktor penyebab hingga ciri-cirinya, masalah kesehatan mental merupakan sebuah permasalahan yang perlu penanganan dengan cara tepat agar tidak berlanjut pada kondisi fatal. Berikut ini merupakan beberapa jenis masalah kesehatan mental secara umum :

1. *Anxiety Disorder*

Anxiety disorder atau gangguan kecemasan merupakan gangguan kejiwaan yang membuat penderitanya merasa cemas dan gelisah, serta sulit mengendalikan perasaan. Pada umumnya, gangguan kecemasan ini disertai dengan adanya gangguan fisik seperti meningkatnya detak jantung, keringat dingin, mual, muntah, sesak dada, dan lain sebagainya (Anggraini, 2020).

2. *Eating Disorder*

Eating disorder atau gangguan makan ini cenderung melibatkan rasa lapar yang berlebihan pada penderitanya (Anggraini, 2020). Rasa lapar dan keinginan untuk makan dapat muncul secara tiba-tiba dan terus terjadi lantaran berbagai faktor penyebab seperti sikap, emosi, hingga perilaku ekstrem.

3. *Mood Disorder*

Mood disorder atau gangguan perasaan yang tidak stabil atau lebih dikenal dengan istilah bipolar. Penderita gangguan mental ini biasanya akan merasa bahagia atau sedih secara berlebihan. Namun, kondisi yang cukup mengkhawatirkan adalah adanya perpindahan rasa bahagia ke rasa sedih atau

sebaliknya pada penderita secara cepat. Hal ini tentu menjadi kondisi gangguan mental yang cukup ekstrem (Anggraini, 2020).

4. *Personality Disorder*

Personality disorder atau gangguan kepribadian merupakan jenis gangguan mental yang termasuk pada kategori ekstrem (Anggraini, 2020). Pasalnya, gangguan mental yang satu ini dapat melibatkan hingga berdampak buruk pada orang lain. Gangguan kepribadian ini seperti perilaku antisosial serta ketakutan berlebih pada lingkungan sekitarnya. Cara berpikir penderita pun cukup berbeda hingga mengganggu fungsi normal pada lingkungan sekitarnya.

5. *Obsessive Compulsive Disorder*

Penderita jenis gangguan mental ini selalu memiliki obsesi hingga ketakutan berlebih terhadap sesuatu kondisi atau barang tertentu. Jenis gangguan mental ini menyebabkan penderita akan selalu bertindak untuk melakukan sesuatu sesuai dengan obsesi dari pemikirannya. Pada umumnya, penderita juga akan melakukan rutinitas tertentu untuk memuaskan pemikiran dan obsesinya (Anggraini, 2020).

6. Gangguan Pengendalian Impuls

Gangguan ini dalam dunia medis dikenal dengan istilah *Impulse Control and Addiction Disorders* (Anggraini, 2020). Istilah ini merujuk pada penderitanya yang memiliki ketergantungan dan kecanduan pada sesuatu hal tertentu. Pada umumnya, penderita jenis gangguan mental yang satu ini tidak dapat menahan keinginan untuk melakukan berbagai tindakan sebagai akibat kecanduan hingga membahayakan diri sendiri.

7. *Post Traumatic Stress Disorder*

Penderita *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) memiliki kaitan erat dengan pengalaman masa lalu yang membuatnya menjadi kurang peka hingga mati rasa secara emosional. Beberapa pengalaman yang menjadi penyebab gangguan mental PTSD ini biasanya cukup menakutkan hingga dramatis bagi penderitanya (Anggraini, 2020).

8. *Psychotic Disorder*

Gangguan ini pada umumnya akan menyebabkan penderitanya mengalami halusinasi terhadap suatu kondisi atau peristiwa yang tidak nyata terjadi.

Sebab, gangguan mental ini melibatkan pemikiran yang terdistorsi sejak lama dalam pikiran penderita (Anggraini, 2020).

9. *Sexual and Gender Disorder*

Jenis gangguan mental ini melibatkan keinginan dan hasrat seksual, sehingga hal ini akan mempengaruhi perilaku dan sikapnya (Anggraini, 2020). Beberapa kondisi yang termasuk ke dalam gangguan mental ini yakni meliputi paraphilias, disfungsi seksual, dan gangguan identitas gender.

10. *Somatic Symptom Disorder*

Jenis gangguan mental ini pada umumnya berkaitan erat dengan gangguan fisik yang dipengaruhi oleh pikiran. Penderita yang mengalami gangguan mental ini akan merasakan nyeri atau tidak nyaman pada bagian tubuh tertentu. Hal ini apabila terjadi secara terus menerus akan mengakibatkan stres yang berlebihan sehingga dapat mempengaruhi kegiatan sehari-hari (Anggraini, 2020).

11. *Dissociative Disorder*

Gangguan disosiatif merupakan penyakit mental yang berhubungan dengan perubahan ingatan, identitas, hingga kesadaran dari penderita (Anggraini, 2020). Jenis gangguan mental ini diakibatkan oleh adanya stres secara berlebihan dan berbagai peristiwa traumatis yang mengguncang jiwa penderita.

12. *Stress Response Syndrome*

Jenis gangguan ini dikenal dengan istilah gangguan penyesuaian. Pada umumnya, sindrom ini terjadi pada penderita yang hampir mirip dengan gejala PTSD yakni mereka yang memiliki pengalaman cukup menegangkan. Sindrom ini biasanya terjadi pada penderita setelah tiga bulan dari peristiwa yang menyebabkan trauma (Anggraini, 2020).

II.2.3. Fenomena Perilaku Masyarakat Kota Bandar Lampung Terhadap Penderita Kesehatan Mental

Penderita kesehatan mental di kota Bandar Lampung menghadapi permasalahan terkait dengan perlakuan yang didapatkan oleh penderita dari masyarakat sekitarnya yang mengakibatkan memburuknya kondisi kesehatan mental tersebut. Berdasarkan hasil pengumpulan data ditemukan beberapa permasalahan yang dihadapi oleh penderita, yaitu mendapatkan *labelling* dengan sebutan orang aneh atau orang gila, mendapatkan perlakuan diskriminatif dengan dijauhi dan

dikucilkan, mendapatkan perlakuan kasar seperti dicemooh, diolok-olok, dan lainnya. Kemudian terdapat pandangan di masyarakat bahwa penderita kesehatan mental dapat membahayakan lingkungannya. Hal tersebut disebabkan dari perilaku dari penderita kesehatan mental yang parah. Terdapat kepercayaan di masyarakat bahwa penderita masalah kesehatan mental harus diobati dengan hal-hal mistis seperti ke dukun. Terdapat kepercayaan di masyarakat bahwa penderita kesehatan mental harus tinggal di Rumah Sakit Jiwa.

Berdasarkan data dilapangan yang didapatkan bahwasanya keluarga penderita kesehatan mental juga mendapatkan dampak dari perlakuan masyarakat terhadap anggota keluarganya yang menderita kesehatan mental, ikut terkucilkan dan juga mendapatkan perlakuan diskriminatif dan kasar. Walaupun demikian pihak keluarga masih memenuhi tanggungjawab terhadap penderita kesehatan mental dengan merawat dan memberikan perlakuan yang baik dengan memberikan semangat dan mendampingi penderita. Keluarga memiliki kepercayaan dengan memberikan energi positif terhadap penderita dapat berdampak positif terhadap kondisi jiwa penderita kesehatan mental.

II.2.4. *Support System* Bagi Penderita Kesehatan Mental

Uraian pada sub bab sebelumnya merupakan fakta-fakta dilapangan mengenai permasalahan yang dihadapi oleh penderita kesehatan mental dan keluarganya, hal tersebut memperlihatkan bahwa kepedulian masyarakat terhadap penderita kesehatan mental dan keluarganya masih rendah. Hal tersebut diakibatkan oleh rendahnya pengetahuan masyarakat terhadap informasi mengenai kesehatan mental. Terdapatnya pemikiran di masyarakat yang merendahkan penderita kesehatan mental dan keluarganya mengakibatkan tidak terdapatnya support system dari masyarakat di luar keluarga. Berkaitan dengan hal ini Savitri (2020), menyatakan, “Jika penderita kesehatan mental mendapatkan dukungan dari *support system* yang berasal dari keluarga, kerabat, atau lingkungan sekitarnya secara tidak langsung akan mendapatkan dampak positif yang sangat mempengaruhi kesehatan mentalnya. Dampak positif inilah yang membuat pentingnya memiliki dukungan kuat dari orang sekitar”. Dukungan positif tersebut diantaranya yaitu:

1. Membuat Suatu Individu Merasa Nyaman

Ketika seseorang sedang mengalami atau mendapatkan suatu masalah, hal yang bisa dirasakan adalah kegelisahan dan sesekali susah untuk mendapat ketenangan. Hal pertama pentingnya mempunyai *support system* untuk kesehatan mental adalah karena keberadaan mereka bisa membuat seseorang merasa lebih nyaman. Cukup dengan sedikit berbagi cerita pun bisa membuat jadi lebih tenang.

2. Mempengaruhi Perilaku dan Keputusan

Masalah yang sedang dialami seseorang bisa mempengaruhi apa saja yang akan dilakukan nantinya. Agar tidak melakukan sesuatu yang gegabah dan membuat menyesal, coba untuk sekedar bercerita serta meminta saran pada orang terdekat. Disini peran *support system* adalah secara tidak langsung dapat mempengaruhi seseorang ketika mengambil keputusan yang diharapkan merupakan keputusan yang bijak. Adanya dukungan yang baik maka sejalan dengan keputusan baik yang telah dibuat.

3. Meminimalisir Rasa Stres

Setiap orang pasti pernah mengalami atau merasakan stres. Apalagi ketika sedang berhadapan dengan suatu masalah yang cukup rumit. Apabila tidak diatasi dengan baik, kemungkinan yang bisa terjadi adalah menurunnya sistem kekebalan tubuh, terjadi penyakit, sampai depresi. Pentingnya mempunyai *support system* di sini adalah agar seseorang dapat mampu menghadapi tekanan yang sedang dirasakan. Penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan dari orang terdekat ketika seseorang mengalami krisis atau stres bisa mengurangi konsekuensi gangguan mental serta trauma.

4. Motivasi Jadi Meningkat

Bukan hal yang tidak mungkin ketika berhadapan dengan suatu masalah bisa membuat suatu individu menjadi merasa malas sampai kehilangan motivasi. Hal lain yang membuat pentingnya dukungan orang terdekat adalah adanya dukungan sehingga seseorang dapat kembali termotivasi untuk melakukan hal yang memang harus dilakukan. Apalagi, ketika menemukan persamaan ketika seseorang pernah mengalami hal yang sama.

5. Menjadi Pribadi Yang Tangguh

Banyaknya hal yang dipikirkan akan mempengaruhi kesehatan seseorang. Namun, ketika seseorang dapat melaluinya walaupun dengan perlahan setidaknya tidak ada lagi yang harus dihindari. Dukungan orang terdekat sangatlah penting agar dapat menghadapi masalah yang tidak pernah terpikirkan sebelumnya. Hal ini pula yang menjadikan seseorang menjadi lebih dewasa, kuat, serta tangguh dalam menghadapi setiap masalah yang datang.

II.3. Analisis Permasalahan

Untuk memahami permasalahan-permasalahan yang terdapat pada perilaku masyarakat kota Bandar Lampung terhadap penderita kesehatan mental dan permasalahan terhadap kurangnya informasi atau persuasi mengenai kesehatan mental dan peduli penderita kesehatan mental, dilakukan pengumpulan data-data terkait objek permasalahan dan terkait desain informasi atau persuasi terdahulu, dilakukan pengumpulan data-data melalui metode seperti wawancara, kuesioner dan literatur. Wawancara dilakukan dengan ahli kesehatan mental, dan masyarakat kota Bandar Lampung. Kemudian untuk kuesioner diajukan kepada responden melalui daring (Google Form) dengan pertanyaan terkait kesehatan mental, kemudian literatur dikumpulkan dari buku, jurnal, tulisan artikel, baik cetak maupun melalui internet.

II.3.1 Wawancara Ahli

Wawancara dilakukan kepada Citra Yuniastri yang merupakan seorang psikolog. Pertanyaan ditujukan untuk menggali informasi mengenai kesehatan mental dan support system. Wawancara dilakukan pada tanggal 5 Januari 2021, yang dimana menurutnya kesehatan mental merupakan sebuah kondisi dimana seseorang merasakan kesejahteraan secara psikologis dan berkembang secara positif. Lalu menurutnya definisi sehat itu bukan hanya semata-mata terbebas dari penyakit fisik saja, namun diikuti dengan memiliki mental yang sehat. Jika seseorang memiliki mental yang sehat dan memiliki kesejahteraan psikologis, maka orang tersebut dapat menggunakan potensi yang ada didirinya untuk menjalani kehidupan dengan baik dan dapat menghadapi segala permasalahan yang menimpanya. Dalam wawancara tersebut Citra Yuniastri mengatakan bahwa seseorang dapat menderita kesehatan mental apabila keadaan psikologisnya sedang terganggu akibat dari

faktor-faktor yang mempengaruhi diri seseorang tersebut. Faktor utama seseorang menderita kesehatan mental menurutnya adalah faktor psikologis seperti menjalani kehidupan yang penuh dengan tekanan, mengalami peristiwa traumatik yang tidak bisa dilupakan, dan juga mengalami masalah dalam keluarga. Selain itu disusul dengan kedua faktor yang meliputi faktor biologis dan faktor sosial dan lingkungan yang mempengaruhi seseorang menderita kesehatan mental.

Ketika seseorang sedang mengalami atau menderita kesehatan mental akibat dari faktor-faktor yang mempengaruhinya dan yang dibutuhkannya hanyalah dukungan dari *support system* terdekat dan uluran tangan dari orang-orang sekitar agar dapat membantunya untuk pulih dan dapat melewati permasalahan yang sedang dihadapi. Didalam dunia kesehatan mental, pertolongan pertama yang sangat efektif yang dapat membantu penderita kesehatan mental justru bukan berasal dari tenaga profesional melainkan berasal dari orang-orang terdekat dan lingkungan sekitar. Sebab bantuan dari tenaga profesional seperti psikolog atau psikiater dan para ahli kesehatan mental lainnya belum tentu tersedia saat seseorang mengalami gejala awal gangguan kesehatan mental.

Kemudian menurutnya, peran masyarakat dan lingkungan sekitar sebagai *support system* penderita kesehatan mental sangat amat berpengaruh bagi kehidupannya. Dengan adanya *support system*, para penderita kesehatan mental secara tidak langsung mendapatkan sebuah dukungan untuk membantunya melewati masa-masa sulit yang sedang menimpanya, karena pada dasarnya dukungan yang tepat itu dapat membantu seseorang menemukan solusi yang tepat. Lalu dengan adanya *support system* yang berasal dari lingkungan sekitar ini juga dapat mempengaruhi perilaku dan keputusan para penderita kesehatan mental dan para penderita akan merasa lebih terbuka dengan permasalahan yang sedang menimpanya. Maka dari itu, peran masyarakat atau lingkungan sekitar dan juga orang-orang terdekat seperti keluarga, teman, rekan kerja, amat sangat penting sebagai *support system* penderita kesehatan mental dan diharapkan dapat bekerja sama untuk merangkul para penderita kesehatan mental dan memberikan dukungan secara langsung kepadanya agar orang tersebut dapat melalui masa-masa sulit yang sedang menimpanya.

II.3.2 Wawancara Masyarakat

Dalam wawancara ini dilakukan kepada 21 masyarakat yang berada di kota Bandar Lampung pada tanggal 10 Juni 2021 dan 26 Agustus 2021. Dimana di lingkungan sekitarnya terdapat keberadaan penderita kesehatan mental. Pertanyaan ditujukan untuk menggali informasi mengenai pengetahuannya terhadap kesehatan mental. Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar masyarakat masih tidak mengetahui apa itu kesehatan mental. Masyarakat juga menyatakan bahwa kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang berkaitan dengan pikiran atau jiwa seseorang. Lalu menurut pandangan masyarakat, seseorang yang menderita kesehatan mental itu adalah orang gila dan orang yang aneh dan hal tersebut disebabkan oleh tekanan ataupun masalah yang menimpa kehidupannya. Sebagian besar masyarakat masih sangat sulit membedakan seseorang yang menderita gangguan kesehatan mental dengan gangguan jiwa.

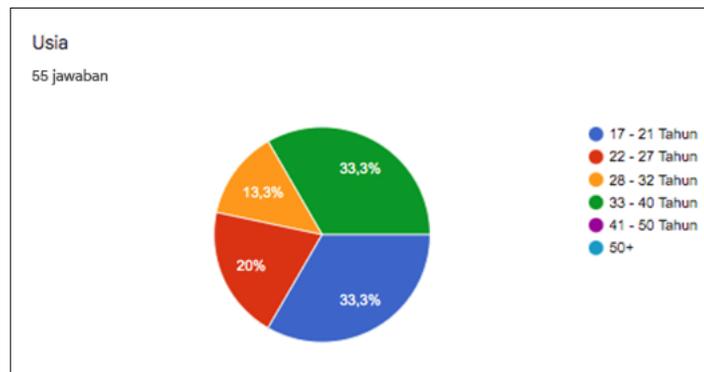
Hal tersebut dapat dikatakan sebagai faktor para penderita kesehatan mental sering dikucilkan dalam kehidupan bersosialnya, dijauhi oleh lingkungan sekitarnya, dan stigma negatif lainnya. Masyarakat ketika melihat seseorang yang menderita kesehatan mental itu sebenarnya merasa iba dan merasa kasihan, akan tetapi masyarakat masih ragu untuk sekedar memberi semangat atau memberi motivasi kepada para penderita masalah kesehatan mental. Kemudian masyarakat berpendapat bahwa cara atau pengobatan yang harus diberikan kepada penderita masalah kesehatan mental adalah dengan mengurungnya, membawanya ke rumah sakit jiwa, atau membawanya kepada orang yang memiliki ilmu ghaib atau dukun.

Lalu masyarakat juga mengatakan bahwa orang yang menderita masalah kesehatan mental mengganggu kehidupan lingkungan sekitarnya, karena terkadang mereka sering menimbulkan perilaku aneh yang tidak diketahui sebabnya. Kemudian saat ini juga masyarakat cenderung mengatakan bahwa seseorang yang menderita masalah kesehatan mental itu sama dengan seseorang yang menderita gangguan jiwa, akan tetapi kenyataannya seseorang yang menderita gangguan kesehatan mental dengan orang yang menderita gangguan jiwa itu sangat berbeda.

II.3.3 Kuesioner

Kuesioner merupakan sebuah instrumen penelitian yang terdiri dari rangkaian pertanyaan yang ditujukan kepada responden dan bertujuan untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya terkait topik perancangan. Terdapat sekitar 52 tanggapan responden yang dihasilkan dari metode kuesioner, kemudian didalam kuesioner tersebut berisi 9 pertanyaan yang diajukan terkait perancangan ini. Berikut merupakan hasil yang diperoleh melalui metode kuesioner yang dilakukan pada tanggal 6 Januari sampai dengan 10 Januari 2020 melalui Google Form yang hasilnya sebagai berikut:

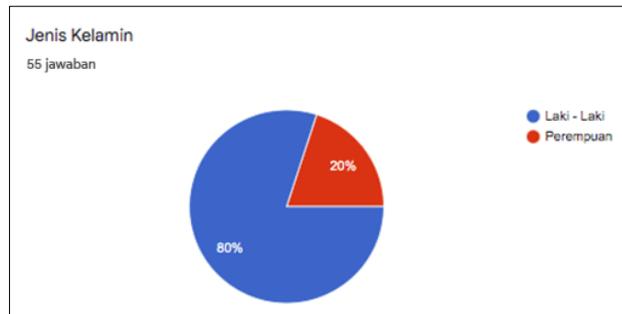
- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan usia yang didapat dari kuesioner



Gambar II.2 Tanggapan Usia Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk jumlah tanggapan usia yang terdapat dalam kuesioner. Sebanyak 33,3% responden menjawab antara usia 17-21 tahun dan 33-40 tahun, lalu sebanyak 20% responden menjawab antara usia 22-27 tahun, dan sebanyak 13,3% responden menjawab antara usia 28-32 tahun.

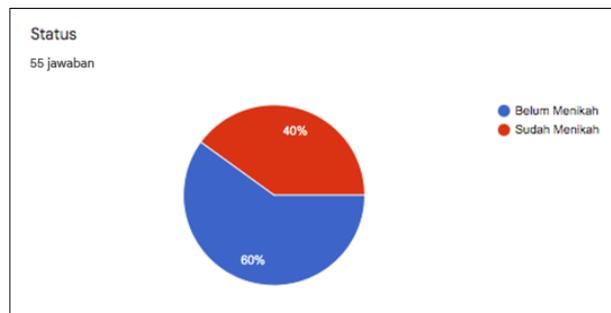
- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan jenis kelamin yang didapat kuesioner



Gambar II.3 Tanggapan Jenis Kelamin Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk jumlah tanggapan jenis kelamin yang terdapat dalam kuesioner. Sebanyak 80% responden menjawab berjenis kelamin laki-laki, lalu sebanyak 20% responden menjawab berjenis kelamin perempuan.

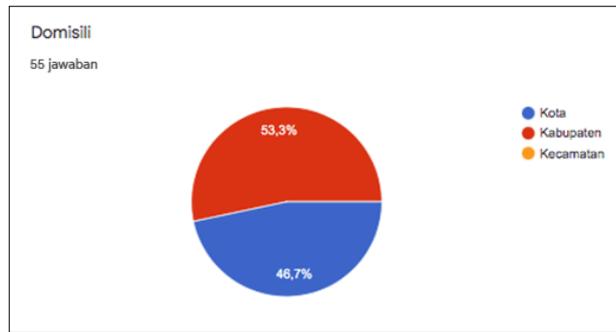
- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan status pernikahan yang didapat dari kuesioner.



Gambar II.4 Tanggapan Status Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk jumlah tanggapan status yang terdapat dalam kuesioner. Sebanyak 60% responden menjawab belum menikah, lalu sebanyak 40% responden menjawab sudah menikah.

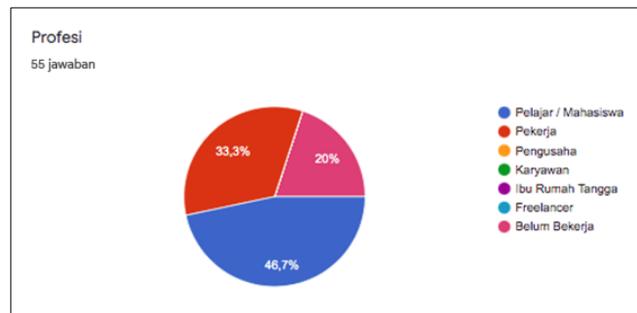
- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan domisili yang didapat dari kuesioner.



Gambar II.5 Tanggapan Domisili Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk jumlah tanggapan domisili yang terdapat dalam kuesioner. Sebanyak 53,3% responden menjawab berdomisili kota, lalu sebanyak 46,7% responden menjawab berdomisili kabupaten.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan profesi yang didapat dari kuesioner.



Gambar II.6 Tanggapan Profesi Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk jumlah tanggapan profesi yang terdapat dalam kuesioner. Sebanyak 46,7% responden menjawab pelajar/mahasiswa, lalu sebanyak 33,3% responden menjawab pekerja, dan 20% responden menjawab belum bekerja.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan apakah responden mengetahui tentang kesehatan mental.



Gambar II.7 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pertanyaan pertama yang berisi tentang “Apakah anda mengetahui kesehatan mental?”, sebanyak 53,3% responden mengatakan “Tidak” dan sebanyak 46,6% responden mengatakan “Ya”.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan dari responden tentang pengetahuannya kepada penderita kesehatan mental.



Gambar II.8 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Lalu hasil yang diperoleh dari pertanyaan kedua yang berisi tentang “Apakah yang kamu ketahui tentang penderita kesehatan mental”, sebagian besar responden menjawab bahwa penderita kesehatan mental merupakan orang gila dan stres.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan tentang faktor utama seseorang menderita kesehatan mental



Gambar II.9 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Kemudian hasil yang diperoleh dari pertanyaan ketiga yang berisi tentang “Menurut anda, apa faktor utama seseorang menderita kesehatan mental?”, sebanyak 60% responden menjawab faktor psikologis, lalu sebanyak 26,7% responden menjawab faktor sosial & ekonomi dan sebanyak 13,3% responden menjawab faktor keluarga.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan pandangan responden terhadap penderita kesehatan mental.



Gambar II.10 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Bagaimanakah pandangan anda terhadap penderita kesehatan mental?”, sebagian besar responden menjawab bahwa merasa kasihan dan prihatin.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan cara atau pengobatan seperti apa yang harus diberikan kepada penderita kesehatan mental.

Menurut anda, cara atau pengobatan seperti apa yang harus diberikan kepada penderita kesehatan mental?

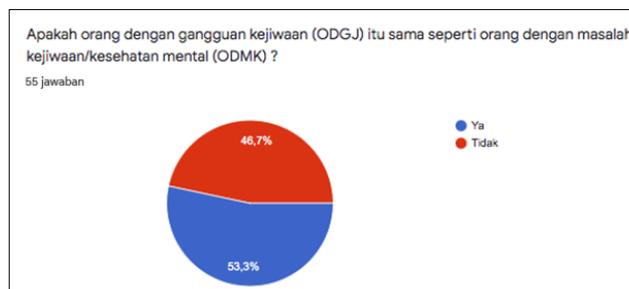
55 jawaban

Bawa ke rumah sakit jiwa
Bawa ke psikolog atau psikiater
Dengan membawanya ke ahli jiwa seperti dokter kejiwaan, psikolog, atau psikiater
Bawa ke RSJ atau dipasung
Bawa berobat ke rumah sakit jiwa
Membawanya ke psikolog atau psikiater
Membawanya ke psikolog, psikiater, atau dokter ahli jiwa
Bawa ke dokter ahli jiwa
bawa ke rumah sakit jiwa atau ke dukun

Gambar II.11 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Menurut anda, cara atau pengobatan seperti apa yang harus diberikan kepada penderita kesehatan mental?”, sebagian besar responden menjawab membawanya ke rumah sakit jiwa.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan tentang apakah orang dengan gangguan kejiwaan (ODGJ) itu sama seperti orang dengan masalah kejiwaan/kesehatan mental (ODMK) ?.



Gambar II.12 Tanggapan Pertanyaan Google Form
 Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
 (Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Apakah orang dengan gangguan kejiwaan (ODGJ) itu sama seperti orang dengan masalah

kejiwaan/kesehatan mental (ODMK)?”, sebanyak 53,3% responden menjawab “Ya”, lalu sebanyak 46,7% responden menjawab “Tidak”.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan tentang apakah pemerintah harus ikut campur tangan dan memberikan perhatian lebih untuk para penderita kesehatan mental?.



Gambar II.13 Tanggapan Pertanyaan Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Apakah pemerintah harus ikut campur tangan dan memberikan perhatian lebih untuk para penderita kesehatan mental?”, sebanyak 73,3% responden menjawab “Ya”, lalu sebanyak 26,7% responden menjawab “Tidak”.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan jika keluarga dan kerabat anda menderita kesehatan mental, apakah langkah utama yang akan anda lakukan?.



Gambar II.14 Tanggapan Pertanyaan Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Jika keluarga dan kerabat anda menderita kesehatan mental, apakah langkah utama yang akan anda lakukan?”, sebagian besar responden menjawab dengan memberikan *support* dan merangkulnya.

- Berikut ini merupakan jumlah tanggapan tentang apakah dukungan masyarakat dan lingkungan sekitar sangat membantu para penderita kesehatan mental.



Gambar II.15 Tanggapan Pertanyaan Google Form
Sumber : <https://forms.gle/e4gL8HBK1pUU2SY18>
(Diakses pada 10/05/2021)

Hasil yang diperoleh dari pertanyaan selanjutnya yang berisi tentang “Apakah dukungan masyarakat dan lingkungan sekitar sangat membantu para penderita kesehatan mental”, sebanyak 53,3% responden menjawab “Mungkin”, lalu sebanyak 46,7% responden menjawab “Ya”.

Dari keseluruhan hasil kuesioner tersebut maka dapat disimpulkan bahwa banyak dari masyarakat di kota Bandar Lampung tidak mengetahui tentang kesehatan mental dan penderita kesehatan mental. Masyarakat memiliki anggapan bahwa seseorang yang menderita kesehatan mental itu adalah orang yang aneh dan gila sehingga lebih disarankan untuk diobati dan dibawa ke rumah sakit jiwa. Selanjutnya masyarakat menganggap bahwa orang yang menderita kesehatan mental itu sama dengan orang yang menderita gangguan jiwa, nyata nya hal tersebut sangatlah berbeda. Banyak dari masyarakat yang menganggap bahwa penderita kesehatan mental itu berkaitan dengan hal-hal mistis dan juga agama. Beberapa anggapan dan pandangan masyarakat terkait penderita kesehatan mental dan kesehatan mental adalah kurangnya informasi, edukasi, dan pengetahuan yang ada di lingkungan masyarakat menjadi penyebabnya.

II.3.4 Analisis 5W + 1H

Berikut ini merupakan analisis yang dilakukan pada perancangan dengan menggunakan metode 5W+1H yang dimana nantinya metode tersebut dapat memuat pertanyaan dan dapat berguna kedepannya sebagai dasar dari pengumpulan informasi atau pemecahan suatu permasalahan dalam perancangan yang sedang dilakukan, berikut analisisnya:

1. *What* (apa permasalahan yang diangkat?)

Penderita kesehatan mental merupakan suatu individu yang mengalami masalah dalam hal kesehatan mentalnya yang dapat mempengaruhi seputar emosi, pola pikir, dan perilaku para penderitanya (Yuniastri, 2020). Kemudian terdapat beberapa permasalahan yang harus dihadapi penderita kesehatan mental, salah satunya adalah munculnya stigma negatif yang muncul di lingkungan sekitarnya. Stigma yang muncul diakibatkan dari kurangnya pengetahuan dan edukasi terkait kesehatan mental, selain itu masyarakat pun masih menganggap bahwa kesehatan mental itu tidak terlalu penting dan cenderung menganggap sepele kesehatan mental. Munculnya hal tersebut sangatlah fatal karena dapat memperburuk kondisi penderita kesehatan mental. Tentunya hal tersebut harus dicegah dengan cara memberi pengetahuan dan edukasi seputar kesehatan mental kepada masyarakat agar stigma negatif dan isu-isu kesehatan mental tidak muncul lagi.

2. *Who* (kepada siapa edukasi ini akan diberikan?)

Kepada para keluarga dan masyarakat khususnya Kota Lampung yang mempunyai kerabat penderita kesehatan mental dan juga kepada khalayak yang masih mempercayai isu-isu kesehatan mental dan menganggap bahwa kesehatan mental itu tidak terlalu penting.

3. *When* (kapan terjadinya permasalahan ini?)

Permasalahan ini terjadi disaat munculnya beberapa permasalahan yang dapat memperburuk kondisi para penderita kesehatan mental.

4. *Where* (dimana permasalahan ini terjadi?)

Permasalahan yang terjadi terkait topik perancangan ini akan difokuskan di Kota Lampung.

5. *Why* (mengapa target harus diberikan pengetahuan dan edukasi terkait masalah kesehatan mental yang terjadi di lingkungan sekitar?)

Agar permasalahan yang muncul seperti isu-isu kesehatan mental yang terjadi di lingkungan sekitar dan stigma negatif terhadap para penderita kesehatan mental tidak terjadi lagi di lingkungan sekitar dan masyarakat Kota Lampung.

6. *How* (bagaimana cara mengatasi permasalahan tersebut?)

Dengan cara membuat sebuah perancangan kampanye sosial yang berdasarkan kaidah DKV dan memiliki tujuan untuk mengajak masyarakat untuk lebih peduli terhadap para penderita kesehatan mental yang ada di lingkungan sekitarnya dan memberi pengetahuan tentang kesehatan mental agar masyarakat tidak tabu akan pengetahuan seputar kesehatan mental.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan metode 5W+1H, dapat disimpulkan bahwa saat ini penderita kesehatan mental yang berada di kota Bandar Lampung sedang menghadapi permasalahan yang amat berat selain berjuang melawan penyakit yang sedang dideritanya. Permasalahan tersebut berupa stigma negatif yang muncul dari lingkungan sekitar terhadap penderita. Tentunya stigma tersebut dapat mempengaruhi dan memperburuk kondisi penderita kesehatan mental. Dengan adanya permasalahan tersebut dapat dicegah dengan membuat sebuah perancangan kampanye sosial berjenis persuasif yang berlandaskan kaidah Desain Komunikasi Visual di kota Bandar Lampung. Nantinya perancangan tersebut memiliki tujuan untuk mengajak masyarakat untuk lebih peduli terhadap penderita kesehatan mental yang ada di lingkungan sekitarnya dan juga merubah pola pikir terkait stigma negatif dan isu-isu terkait kesehatan mental yang ada di lingkungan sekitar. Sehingga dengan adanya perancangan kampanye tersebut sangat amat membantu penderita kesehatan mental yang di lingkungan masyarakat di kota Bandar Lampung.

II.4. Resume

Berdasarkan hasil dari analisis data melalui metode kuesioner dan wawancara terkait topik perancangan yaitu peduli penderita kesehatan mental, maka dapat diambil kesimpulan bahwa saat ini masyarakat kota Bandar Lampung masih tabu akan pengetahuan dan informasi seputar kesehatan mental. Hal tersebut mengakibatkan munculnya beberapa permasalahan yang dapat mempengaruhi dan memperburuk kondisi penderita kesehatan mental seperti munculnya stigma negatif yang berbentuk diskriminasi, *stereotype*, atau *labelling* kepada penderita kesehatan mental di lingkungan sekitarnya. Kemudian saat ini juga masyarakat masih menganggap bahwa kesehatan mental itu tidak terlalu penting sehingga tidak adanya sifat kepedulian yang muncul dari benak masyarakat tentang para penderita kesehatan mental di lingkungannya. Berdasarkan data yang didapatkan terkait penelitian pada perancangan ini bahwa pertolongan pertama yang sangat efektif yang dapat membantu para penderita kesehatan mental untuk melewati masa masa sulitnya justru bukan berasal dari tenaga profesional atau ahli kesehatan lainnya melainkan berasal dari orang-orang terdekat dan lingkungan sekitarnya.

II.5. Solusi Perancangan

Berdasarkan permasalahan terkait topik perancangan ini, didapatkan sebuah solusi perancangan untuk mengatasi permasalahan yang ada terkait topik perancangan. Adapun solusi permasalahan tersebut adalah dengan membuat sebuah kampanye sosial dengan komunikasi persuasif, dengan cara tersebut diharapkan dapat mengajak masyarakat kota Bandar Lampung untuk lebih peduli terhadap para penderita kesehatan mental yang ada di lingkungan sekitarnya dan juga diharapkan dapat membangun kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental serta kepedulian terhadap para penderita kesehatan mental.