

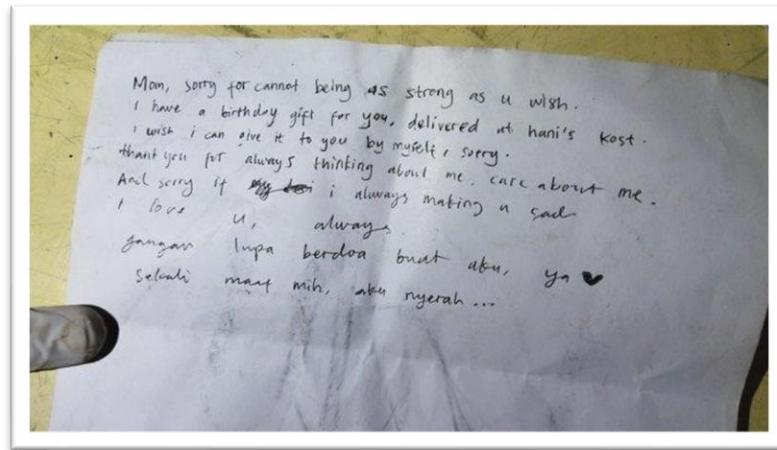
BAB I. PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Kehidupan menjadi sebuah perjalanan yang melibatkan pengalaman, pertumbuhan, dan perubahan yang berkelanjutan. Hal ini melibatkan fisik, emosional, dan spiritual dari kehidupan manusia dan makhluk hidup lainnya. Makna hidup sangat penting dan berarti untuk setiap manusia, apabila seseorang telah mengerti makna hidup maka kehidupan ini akan terasa sangat berarti. Semua akan berubah seiring berjalannya waktu dan pengalaman yang telah dilewati. Makna dalam hidup itu penting dan memberikan nilai unik bagi manusia, sehingga layak dijadikan tujuan hidup. Manusia mempunyai keinginan mendasar untuk menemukan makna hidup, keingin merasakan bahwa keberadaan di dunia ini mempunyai tujuan, berkontribusi, dan mempunyai nilai. Namun, perjalanan menemukan makna tidak selalu mudah. Seseorang mungkin menghadapi berbagai rintangan dan kesulitan yang menggoyahkan kepercayaan diri. Ketika seseorang merasa putus asa dan kehilangan makna dalam hidup, mereka mungkin merasa bahwa bunuh diri adalah satu-satunya jalan keluar dari penderitaan mereka.

Bunuh diri sudah ada pada zaman Yunani kuno. Dalam sistem hukum Yunani kuno, tindakan bunuh diri merupakan hal yang dianggap salah. Salah satu filsuf yang melakukan bunuh diri adalah Socrates dengan cara meminum cairan racun. Ketika seseorang melakukan bunuh diri, jenazahnya tidak dikuburkan seperti orang pada umumnya. Menurut Kartono (1989), bunuh diri adalah pelarian dari dunia nyata, pelarian dari sesuatu yang tidak terkendali atau cukup buruk. Tingkat bunuh diri di Indonesia kini meningkat selama dua tahun belakangan dari tahun 2022. Menurut Pusat Penerangan Kriminal Nasional dan Kepolisian Republik Indonesia, terdapat 971 kasus bunuh diri dilaporkan di Indonesia sepanjang Januari 2023 sampai 18 Oktober 2023 dan 287 kasus bunuh diri sepanjang 1 Januari sampai 15 Maret 2024. Diperkuat oleh Riset Kesehatan Dasar (2018), menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Menurut Rokom (2021), data tersebut menunjukkan bahwa negara Indonesia belum dapat

menyelesaikan masalah kesehatan mental secara tepat. Salah satu contoh kasus yang terjadi adalah kasus bunuh diri seorang mahasiswi Universitas Negeri Semarang (Unnes) bernama Nadaa Jiilaana Waffiananda. Pada Selasa 10 Oktober 2023, seorang mahasiswi dengan jurusan IPA dan Matematika ditemukan tewas di parkirannya keluar Polux Mall Paragon yang berlokasi di Semarang, Jawa Tengah. Berdasarkan bukti kertas dalam tas berisi pesan permintaan maaf korban terhadap keluarga.



Gambar I.1 Isi Surat Korban

Sumber: Dokumentasi perancang (Diakses pada 28/12/2023)

Bunuh diri terjadi karena seseorang mengalami gangguan mental atau dinamakan *mental disorder* penyakit kesehatan mental yang merujuk kepada bunuh diri. Menurut Pedoman Klasifikasi dan Diagnosa Gangguan Jiwa (PPDGJ II), gangguan jiwa adalah suatu sindrom atau psikologi pada individu yang bermakna secara klinis dan biasanya disertai gejala nyeri atau kesusahan pada beberapa individu. Menurut hasil wawancara dengan Hery Gusbrava, M.Pd., CH, CHt, C. NLP. dikatakan 90% kasus bunuh diri disebabkan oleh gangguan kesehatan mental seperti depresi, skizofrenia dan bipolar. Gangguan mental dapat memengaruhi seseorang secara emosional dan perilaku, ketika seseorang mengalami tekanan emosi yang besar dan tidak dapat menemukan cara yang baik untuk mengatasinya mungkin merasa putus asa dan dianggap bunuh diri adalah satu-satunya jalan keluar.

Menurut Millenia dan Sardjito (2022), sebagian masyarakat belum sepenuhnya peduli terhadap kesehatan mental. Di perkuat menurut Mubasyiroh (2015), faktor

penyebab gangguan mental emosional pada remaja ditimbulkan dari banyak hal, seperti banyaknya tekanan dan kurangnya *support* sistem dari keluarga, pergaulan yang menyimpang pengaruh dari teman, tekanan dari tuntutan pelajaran disekolah yang diberikan guru kepada siswa. Menurut Erikson (1963), tahap perkembangan psikososial pada remaja adalah identitas versus kebingungan (pubertas). Masa remaja merupakan masa dari anak-anak menuju dewasa, hal ini berdampak pada berbagai masalah kesehatan jiwa pada remaja seperti masalah mental emosional, masalah dengan orang tua dan teman, kecemasan dan depresi sehingga perlunya identifikasi masalah kesehatan jiwa. Banyak orang tidak memiliki pemahaman yang memadai tentang kesehatan mental, termasuk tentang gangguan mental, gejala dan cara-cara untuk mencari bantuan. Kekurangan pengetahuan ini sangat berbahaya dan dapat menyebabkan hal yang fatal. Beberapa kampanye sosial melalui media video mengenai pencegahan tindakan bunuh diri telah dilakukan oleh pemerintah.



Gambar I.2 Menjaga Kesehatan Jiwa
Sumber: https://www.youtube.com/watch?v=cBwFvxW5P_k
(Diakses pada 27/04/2024)

Perancang menemukan kekurangan dalam video tersebut mulai dari kualitas video yang sudah usang, penggunaan *background* yang terlalu keras yang menutupi narasi dan isu-isu yang sudah berbeda dan tidak relevan dengan remaja saat ini. Menurut Smith (2020), video kampanye yang efektif mampu membangkitkan emosi *audience*, menciptakan koneksi personal, dan mendorong tindakan yang diinginkan. Menurut Jones (2018), penggunaan narasi yang kuat dapat

meningkatkan daya ingat dan persuasifitas video kampanye. Meskipun pemerintah telah menunjukkan komitmennya dalam menangani fenomena bunuh diri, masih banyak upaya yang perlu dilakukan untuk mencapai target pencegahan bunuh diri. Salah satunya media sosial sebagai media baru memiliki tingkatan fungsi yang tinggi dalam hal keterlibatan kampanye, media sosial sangat berfungsi karena melalui media sosial masyarakat dapat langsung berkomunikasi dengan layanan yang tersedia. Masyarakat dapat bertanya secara langsung, membagikan pesan dan memahami suatu informasi yang diberikan oleh pemerintah, sehingga komunikasi yang terbangun menjadi komunikasi dua arah. Diperlukan kerjasama dari berbagai pihak dan dukungan dari seluruh elemen masyarakat untuk membangun sistem pencegahan bunuh diri yang efektif dan komprehensif. Hal ini dilakukan karena mengingat bahwa masih kurangnya kesadaran masyarakat dengan kesehatan mental yang berdampak bunuh diri. Sementara di sisi lain, masyarakat juga tidak terlalu peka akan ciri-ciri orang yang berpotensi melakukan upaya tindakan bunuh diri. Namun hal ini diperburuk dengan akses yang terbatas terhadap layanan kesehatan karena tidak ditanggung oleh BPJS. Hal ini berkaitan dengan Pasal 52 Ayat (1) huruf i dan j Perpres Nomor 82 Tahun 2018 yang diperbaharui dengan Perpres Nomor.64 Tahun 2020 dijelaskan bahwa pelayanan kesehatan yang tidak terjamin meliputi: (i)Gangguan kesehatan/penyakit akibat ketergantungan obat-obatan dan/atau alkohol; (j) Gangguan kesehatan akibat tindakan menyakiti diri sendiri atau hobi yang berbahaya. Direktur Kesehatan Jiwa (Keswa) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Vensya Sitohang mengakui bahwa penyebab bunuh diri kompleks dan multifaktor. Pemikiran bunuh diri merupakan indikasi adanya luka psikologis. Vensya mengatakan Kemenkes kini memang berupaya membela bersama pakar maupun organisasi agar ada revisi perpres terkait BPJS.

I.2. Identifikasi Masalah

Ada beberapa faktor yang menyebabkan meningkatnya angka bunuh diri di Indonesia, yaitu:

- Kurang pedulinya masyarakat terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar akan pentingnya kesehatan mental.

- Kurang efektifnya media kampanye mengenai gangguan kesehatan mental yang dikeluarkan oleh Kemenkes.
- Upaya pemerintah terhadap fenomena bunuh diri kurang efektif.

I.3. Rumusan Masalah

Melihat dari latar belakang dan identifikasi masalah di atas, dapat disusun rumusan masalah yang menjadi fokus utama dalam perancangan ini adalah “bagaimana cara mengajak remaja dan dewasa awal untuk peduli pada diri sendiri serta lingkungan sekitar terhadap gangguan kesehatan mental dalam rangka mengurangi tindakan bunuh diri?”

I.4. Batasan Masalah

Membatasi ruang lingkup perancangan memerlukan pembatasan yang problematis dan memperjelas fokus perancangan. Dengan adanya batasan masalah, perancangan dapat dilakukan dengan lebih tertuju.

- Batasan Objek

Perancangan berfokus pada faktor penyebab bunuh diri pada remaja dan dewasa awal dengan penyampaian yang efektif kepada khalayak sasaran.

- Batasan Subjek

Perancangan berfokus pada usia remaja dan dewasa awal yang tidak bisa mengontrol dirinya secara emosional dan berpengaruh terhadap kesehatan mental.

- Batasan Tempat/Waktu

Perancangan tentang kesehatan mental berfokus kepada remaja dan dewasa awal di Indonesia pada periode tahun 2022-2024. Karena angka bunuh diri di Indonesia sedang meningkat.

I.5. Tujuan & Manfaat Perancangan

Tujuan dan manfaat yang akan dituju pada perancangan ini yaitu:

I.5.1 Tujuan Perancangan

- Mengajak remaja dan dewasa awal untuk memahami informasi yang mempengaruhi dan penyebab terjadinya tindakan bunuh diri.
- Mengajak remaja dan dewasa awal untuk memahami tentang gangguan kesehatan mental.
- Mengajak remaja dan dewasa awal untuk peduli dengan diri sendiri dan lingkungan sekitar terhadap kesehatan mental.

I.5.2 Manfaat Perancangan

- Perancang akan mendapatkan ilmu dan pengalaman selama proses perancangan yang mendalam tentang gangguan kesehatan mental.
- Manfaat dari perancangan ini yaitu memberikan kesadaran remaja tentang pentingnya gangguan kesehatan mental dan pentingnya mendukung individu yang berisiko bunuh diri. Kesadaran yang lebih tinggi juga dapat mendorong remaja untuk mencari bantuan dan perawatan yang tepat saat mengalami kesulitan mental.
- Desain yang kuat dapat membangkitkan emosi dan empati pada khalayak untuk mendorong untuk peduli dengan masalah gangguan kesehatan mental dan bunuh diri.