

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Masalah kesehatan mental yang dialami oleh beberapa individu dalam beberapa tahun terakhir telah menjadi perhatian publik. Hal ini tidak mengherankan, mengingat media massa telah menjadi platform yang penting di masa sekarang, termasuk kesehatan mental yang mereka alami. Dalam konteks ini, peran media massa memainkan peran penting sebagai sarana edukasi untuk menangani masalah tersebut secara lebih luas. Tidak dapat disangkal bahwa gangguan kesehatan mental dapat terjadi pada seluruh kalangan terutama pada era saat ini, kini individu sudah mulai berani untuk mengakui dan membahas tentang keadaan kesehatan mental yang dialami oleh dirinya melalui media massa. Media massa dapat digunakan sebagai sarana untuk meredakan stress dan mengekspresikan perasaan, namun yang terjadi justru sebaliknya, media massa diidentifikasi sebagai salah satu faktor terbesar penyebab risiko gangguan cemas, stress dan depresi yang disebabkan oleh tekanan sosial.

Kesehatan mental menjadi suatu permasalahan kesehatan serius yang sedang meningkat dan terjadi pada masyarakat di seluruh dunia (Mikael ,2022: 36). Survei yang dilakukan oleh Ipsos Global (2023) kepada 31 negara tentang *Global Health Service Monitor* menunjukkan bahwa kesehatan mental menduduki posisi teratas sebagai masalah kesehatan utama yang dihadapi oleh negara mereka, mengungguli

kanker dan virus corona dengan persentase 44%. Terdapat beragam jenis kesehatan mental yang dapat dialami oleh individu, terdapat tiga jenis kondisi yang paling umum terjadi diantaranya stress, gangguan kecemasan dan depresi (Ariyanti, 2019: 46). Seperti halnya di Korea Selatan gangguan mental yang memiliki tingkat keprihatinan tinggi adalah stress dengan persentase 44% (Ipsos, 2023), kondisi tersebut sama dengan Indonesia, gangguan mental atau stress menduduki peringkat pertama yang memprihatinkan dengan persentase 9,8% di tahun 2018 (Riskedas, 2018). Meskipun persentase kedua negara tersebut tergolong cukup berbeda jauh, namun di kedua negara tersebut stress menjadi sorotan gangguan mental yang memprihatinkan.

Masalah kesehatan mental tersebut bisa dialami oleh individu dari berbagai kalangan usia, tetapi sekitar 75% dari permasalahan kesehatan mental muncul sebelum mereka mencapai usia 24 tahun (Koops & Kuebel, 2021: 87). Dalam sebagian besar peningkatan kasus masalah kesehatan mental cenderung terjadi sejak usia 18 tahun. Usia tersebut menurut Pew Research Centre (2021) disebut sebagai generasi Z atau *generasi digital native* karena mereka tumbuh dan berkembang di era digital. Generasi Z juga lebih lama menghabiskan waktunya dalam mengakses media massa ketimbang kelompok usia lainnya menurut hasil survei McKinsey terhadap 41,960 responden di 26 negara yang ada di seluruh dunia, termasuk Indonesia (Pratiwi, 2023) dalam (dataindonesia.id, diakses 30 Mei 2024).

Di Indonesia, setiap tahun terjadi peningkatan kasus bunuh diri pada usia muda yang disebabkan oleh gangguan mental. Menurut riset kesehatan dasar tahun 2018,

tercatat sekitar 1.800 kasus bunuh diri dalam setahun, dengan rata-rata 5 orang melakukan tindakan tersebut setiap harinya. Di tahun 2023 pada periode Januari-Juni kasus bunuh diri meningkat sebesar 36,4% dibandingkan tahun 2021. Kejadian bunuh diri ini dipengaruhi oleh kesehatan mental yang melibatkan berbagai isu, seperti kekerasan berbasis gender, perundungan, modus kekerasan siber di media massa, dan berbagai hal lainnya (Elsa, 2023: 27).

Tak hanya di Indonesia, kasus bunuh diri karena gangguan mental juga menjadi masalah yang memprihatinkan di Korea Selatan. Menurut profesor program pasca sarjana kebijakan sosial di Universitas Gachon, Yang Doo-seok menyampaikan bahwa terjadi peningkatan kasus bunuh diri pada anak muda. Yang Doo-seok menyoroti bahwa peningkatan ini disebabkan oleh ketersediaan konten yang mendorong individu untuk menyakiti diri atau memperelok tindakan bunuh diri, yang tersebar luas melalui berbagai platform seperti internet, instagram, dan video di youtube (VOA, 2018). Menurut data badan statistik Korea Selatan tahun 2021, tercatat sekitar 13.352 kasus bunuh diri dalam setahun, dengan rata-rata 37 orang melakukan tindakan tersebut setiap harinya. Dalam pengelompokan usia, tingkat bunuh diri meningkat secara signifikan pada kelompok anak muda dengan usia rata-rata 20 tahun mencapai 56,8%, dan pada usia 30 tahun mencapai 40,6% (Bimo, 2022: 33).

Dari permasalahan tersebut dapat diketahui bahwa meskipun geografis Indonesia dan Korea Selatan memiliki perbedaan, namun permasalahan kesehatan mental yang dihadapi anak muda dengan usia 20-an atau generasi Z pada kedua

negara tersebut memiliki persamaan. Kedua negara tersebut juga melakukan upaya pengembangan dalam segala aspek untuk mengatasi kasus kesehatan mental yang terjadi. Menurut survey yang dilakukan oleh Ipsos Global (2023) tentang kualitas pelayanan kesehatan kepada 31 negara, menunjukkan bahwa kualitas pelayanan kesehatan di Indonesia berada di angka 55% dan Korea Selatan 51%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kedua negara tersebut mengalami peningkatan dalam kualitas pelayanan kesehatan dan masyarakat yang tinggal di negara tersebut dapat mengakses pelayanan kesehatan dengan baik (Ipsos, 2023)

**Gambar 1. 1**

**Kualitas Pelayanan Kesehatan di 31 Negara**



*Sumber: Ipsos Global Health Service Monitor 2023*

Kesehatan mental tidak sekadar topik yang penting dalam bidang kesehatan, tetapi juga topik yang menarik untuk digambarkan dalam sebuah film. Film atau Drama sebagai media komunikasi massa yang sangat digemari banyak orang karena

dapat menyediakan hiburan yang diinginkan, selain berfungsi sebagai media hiburan, film dan drama juga menjadi cerminan sosial yang menggambarkan realitas kehidupan di masyarakat. Media seperti film dan drama menjadi salah satu wadah untuk menyampaikan pesan edukasi yang bisa dalam bentuk pesan politik, moral, dan etika media yang efektif untuk menyebarkan suatu gagasan cerita, amanat, kampanye dan lain-lain melalui gambar, cara berperan, dan dialog.

Saat ini drama yang sedang digemari dan ramai ditonton masyarakat Indonesia adalah drama Korea. Drama Korea sangat digemari di kalangan masyarakat Indonesia, karena memiliki alur cerita yang menarik, visual yang artistik, dan aktor-aktrisnya yang tampan dan cantik tentu telah menjadi standar yang umum dalam industri hiburan. Namun drama dan film dari Korea Selatan juga memberikan imajinasi dan fantasi yang berbeda dan kaya akan genre. Dalam keberagaman industri hiburan Korea Selatan, cerita-cerita yang dihadirkan dalam drama sering kali menyoroti isu-isu yang benar terjadi di Korea Selatan, misalnya seperti menyoroti pembullying. Pengalaman buruk tersebut tidak mengenal batasan status sosial, melainkan dialami oleh berbagai lapisan masyarakat, baik dari kelas bawah, kelas menengah, maupun kelas atas.

Kesehatan mental merupakan dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan kesehatan mental, kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Sehat mental secara umum dapat diartikan sebagai kondisi mental yang normal dan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, petemanan, profesi maupun kehidupan lainnya.

Berdasarkan pemikiran Salim (2013:18) meyakini bahwa kesehatan mental merupakan keadaan sejahtera dimana individu menyadari potensi dirinya, dapat mengatasi stres normal dalam hidup, dapat bekerja secara produktif, dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Pemikiran Salim tentang kesehatan mental membawa kita pada pemahaman yang mendalam tentang makna kesejahteraan. Baginya, kesehatan mental bukan sekadar ketiadaan penyakit mental, tetapi sebuah keadaan individu merasakan keselarasan dan keseimbangan dalam kehidupannya.

Kesehatan mental terkait dengan bagaimana kita memikirkan, merasakan dan melakukan berbagai situasi kehidupan yang kita hadapi sehari-hari. Menurut (Yusuf, 2018: 25), kesehatan mental merupakan tentang bagaimana kita memandang diri sendiri, kehidupan sendiri, orang lain, dan bagaimana kita mengevaluasi berbagai alternatif hingga mengambil keputusan. Maraknya isu dan topik mengenai kesehatan mental membuat peneliti tertarik untuk mengkaji serial drama Korea yang berjudul *Daily Dose of Sunshine*.

*Daily Dose of Sunshine* merupakan serial drama Korea yang diadaptasi dari Webtoon karya Lee-Ra-ha. Bergener drama komedi yang terinspirasi dari kisah nyata penulisnya sebagai seorang perawat psikiatri. Drama ini telah ditayangkan pada tanggal 3 November 2023 di Netflix. Serial drama ini mendapatkan kritikan positif dan sering kali diperbincangkan masyarakat sebagai salah satu drama Korea yang membahas satu persatu terkait macam-macam kesehatan mental yang sering kali dialami oleh masyarakat di Korea maupun di Indonesia.

Drama ini mengangkat isu-isu yang membahas mengenai kesehatan mental terkait dengan emosi dan psikis individu yang menjadi salah satu faktor terjadinya kasus bunuh diri di Korea Selatan seperti, bipolar, *obsessive compulsive disorder* (OCD), delusi, *panic attack*, *anxiety*, depresi, *post trauma syndrome disorder* (PTSD), kepribadian ambang dan skizofrenia. Melalui serial drama ini, pembahasan mengenai kesehatan mental dapat langsung terlihat.

Pendalaman karakter yang positif tentang karakter dengan pengalaman kesehatan mental dalam drama dapat memberikan harapan dan inspirasi bagi individu yang mengalami masalah serupa. Ketika karakter dengan kesehatan mental yang baik dan berfungsi muncul dalam serial drama, hal tersebut dapat membantu mengubah persepsi yang realistis sehingga masyarakat dapat belajar bahwa masalah kesehatan mental adalah hal yang umum dan dapat diatasi dengan bantuan yang tepat. Selain mendukung individu yang mengalami masalah kesehatan mental, drama ini juga dapat memberikan pemahaman dan informasi yang lebih baik kepada masyarakat umum tentang gangguan kesehatan mental.

**Gambar 1. 2**  
**Global Top TV (Non-English)**



*Sumber: Leo Sigh, 2023*

Serial drama yang terinspirasi dari kisah nyata dapat menjadi alat yang efektif untuk mengajarkan penonton tentang tanda-tanda dan gejala gangguan mental, serta langkah-langkah yang tepat untuk mencari bantuan dan perawatan yang sesuai. *Daily Dose of Sunshine* menceritakan kisah sekelompok orang yang berjuang dengan berbagai masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan obsesif-kompulsif. Drama ini berfokus pada perjalanan mereka dalam mencari pemulihan dan menemukan makna hidup. *Daily Dose of Sunshine* membawa kita ke bangsal psikiatri sebuah rumah sakit, tempat di mana para karakternya berjuang dengan berbagai rintangan mental. Di sana, mereka bertemu dengan staf yang penuh kasih dan suportif, yang membantu mereka untuk memahami kondisi mereka dan menemukan jalan menuju pemulihan.

Menceritakan kisah Jung Da-eun (diperankan oleh Park Bo-young) seorang perawat yang ceria dan optimis, menjadi pusat cerita. Suatu hari dia baru saja dipindahkan ke bangsal psikiatri dan awalnya merasa kewalahan dan ragu dengan kemampuannya. Namun, dia terinspirasi oleh dokter Dong-soo (diperankan oleh Yeon Woo-jin), seorang psikiater yang berdedikasi dan penuh kasih. Mereka membantu para pasien untuk menghadapi berbagai rintangan dan menemukan harapan dalam hidup.

Para pasien di *Daily Dose of Sunshine* memiliki latar belakang yang beragam dan mengalami kisah yang unik. Park Soo-hyun, seorang mahasiswa muda yang berjuang dengan depresi setelah kehilangan orang tuanya. Ada juga Lee Ah-ram, seorang ibu yang mengalami kecemasan post partum. Dan ada Kim Jin-woo, seorang pria yang didiagnosis dengan *obsessive compulsive disorder* (OCD)

Melalui interaksi satu dengan yang lainnya, para karakter belajar tentang pentingnya empati, dukungan dan komunikasi. Mereka saling mendukung untuk mengatasi rasa malu dan stigma yang sering terkait dengan masalah kesehatan mental. Serial drama *Daily Dose of Sunshine*, tidak hanya menghibur tetapi juga memberikan informasi dan inspirasi. Drama ini memberikan pengetahuan tentang berbagai masalah kesehatan mental dan menegaskan bahwa proses pemulihan adalah sesuatu yang memungkinkan. Serial ini juga menantang stigma dan diskriminasi yang sering dihadapi oleh individu dengan masalah kesehatan mental, dengan menegaskan bahwa mereka adalah manusia yang sama seperti orang lain, *Daily Dose of Sunshine* membantu meningkatkan pemahaman dan empati masyarakat.

Serial drama *Daily Dose of Sunshine* sangat menarik untuk diteliti dikarenakan serial drama yang mengangkat tema kesehatan mental masih jarang dibahas dalam media populer seperti film atau drama. Drama ini berhasil mendapatkan penghargaan Baek Sang Art Award 2024, selain itu Park Bo-young selaku pemeran utama dalam serial drama ini juga meraih penghargaan Best Actress di The Seoul Awards, Excellent Actress di 4th APAN Star Awards dan Popularity Award di 36th Blue Dragon Awards. Drama ini memberikan edukasi tentang berbagai masalah kesehatan mental dan menunjukkan bagaimana orang-orang yang mengalaminya dapat hidup dan berkembang. Drama ini menggambarkan berbagai masalah kesehatan mental dengan cara yang realistis dan informatif.

*Daily Dose of Sunshine* tidak hanya berfokus pada gejala-gejala, tetapi juga menunjukkan dampak emosional dan sosial dari masalah kesehatan mental tersebut. Serial drama ini memberikan pesan yang positif dan inspiratif tentang pemulihan dan harapan. Drama ini juga menunjukkan bahwa orang dengan masalah kesehatan mental tetap dapat menjalani hidup yang bahagia dan penuh harapan. Selain itu, drama ini juga memiliki potensi yang memberikan dampak positif pada masyarakat, drama ini dapat membantu untuk meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental, menantang stigma, dan mendorong empati dan dukungan. Drama ini memiliki harapan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan mental dan memberikan harapan dan inspirasi bagi orang-orang yang berjuang dengan masalah kesehatan mental.

Dalam pemilihan drama Korea sebagai objek penelitian tentunya banyak pertimbangan yang sudah peneliti lakukan, salah satunya dikarenakan isu kesehatan mental yang sering kali menjadi topik pembahasan yang ramai sekali diperbincangkan, dan munculnya berbagai istilah-istilah kesehatan mental, menjadi alasan utama peneliti memilih serial drama *Daily Dose of Sunshine* untuk dianalisis lebih dalam. Di Indonesia sendiri drama Korea banyak digemari sebagai media untuk hiburan, alur cerita yang beragam, dan tak jarang mengangkat isu yang benar-benar terjadi dengan realitas masyarakat.

Untuk mengkaji dengan lebih detail, peneliti melakukan analisis Semiotika. Studi tentang bagaimana masyarakat memproduksi makna dan nilai-nilai dalam sebuah sistem komunikasi disebut Semiotika. Menurut (Sobur, 2018:37) menjelaskan bahwa Semiotika berasal dari bahasa Yunani, “seemion“ yang berarti tanda. Tanda itu sendiri dijelaskan sebagai suatu atas dasar konvensi sosial yang tergabung sebelumnya dan dapat dianggap memiliki sesuatu yang lain. Namun pengertian Semiotika secara terminologi dapat didefinisikan sebagai ilmu yang mempelajari sederetan luas objek-objek, peristiwa maupun kebudayaan yang ada.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teori Semiotika Roland Barthes, yang meliputi makna denotatif, konotatif dan mitos sebagai landasan penelitian untuk meneliti makna kesehatan mental dalam serial drama DDOS.

Penelitian ini bermaksud untuk mengkaji makna kesehatan mental dari simbol dan tanda yang disajikan dalam serial drama DDOS, di mana aspek makna kesehatan

mental dari Drama ini belum pernah diselidiki sebelumnya dan belum ada penelitian yang secara khusus membahas dan meneliti serial drama DDOS. Dalam penelitian ini, akan dibahas tentang makna dari kesehatan mental yang digambarkan dalam serial drama tersebut melalui aspek tanda dan simbol dengan menganalisa *scene-scene* dalam drama tersebut.

Serial drama *Daily Dose of Sunshine* sendiri banyak menggambarkan macam-macam kesehatan mental dalam realitanya, penggambaran dilakukan melalui adegan-adegan dan juga dialog yang diucapkan para pemain. Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian ini dengan judul “Makna Kesehatan Mental dalam Serial Drama *Daily Dose of Sunshine*”

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Rumusan Masalah Makro**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan peneliti di atas, maka peneliti mengangkat rumusan masalah yakni, “Bagaimana Makna Kesehatan Mental dalam Serial Drama *Daily Dose of Sunshine*?”

### **1.2.2 Rumusan Masalah Mikro**

1. Bagaimana makna konotasi kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*?
2. Bagaimana makna denotasi kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*?
3. Bagaimana makna mitos kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*?

### **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Penelitian ini bermaksud untuk menjelaskan secara mendalam mengenai “Makna Kesehatan Mental dalam Serial Drama *Daily Dose of Sunshine*”

#### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

1. Untuk memaknai konotasi kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*
2. Untuk memaknai denotasi kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*
3. Untuk memaknai mitos kesehatan mental dalam serial drama *Daily Dose of Sunshine*

### **1.4 Kegunaan Penelitian**

#### **1.4.1 Kegunaan Teoretis**

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam penelitian atau kajian ilmu komunikasi selanjutnya khususnya mengenai topik kesehatan mental, dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya dalam kajian semiotika Roland Barthes. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman terhadap pesan-pesan yang disampaikan dalam serial drama atau film.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

#### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan yang lebih dalam tentang kesehatan mental, penelitian ini juga dapat memberikan wawasan yang berharga bagi penulis dalam mengembangkan karya yang baru berkaitan dengan kesehatan mental dalam konteks drama Korea *Daily Dose of Sunshine*.

#### 2. Bagi Akademi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berguna bagi akademisi dalam memperkaya literatur yang berkaitan dengan studi tentang makna kesehatan mental dalam media khususnya drama Korea.

#### 3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi masyarakat dengan meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya kesehatan mental serta mengurangi stigma yang terkait dengan gangguan mental.

#### 4. Bagi Penonton Tayangan Serial Drama *Daily Dose of Sunshine*

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan sudut pandang yang lebih dalam mengenai kesehatan mental kepada penonton tentang bagaimana pesan-pesan yang disampaikan dalam drama tersebut digambarkan. Peneliti berharap mereka dapat memahami lebih baik bagaimana makna kesehatan mental dalam media dapat memengaruhi persepsi mereka dan membantu mengubah sikap terhadap isu-isu kesehatan mental.