

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sejak zaman dahulu, manusia telah menciptakan berbagai jenis alat komunikasi sebelum adanya perkembangan teknologi. Berbagai jenis alat komunikasi itu dibuat dengan tujuan untuk mendapatkan sebuah informasi agar tidak harus mendatangi suatu tempat tujuan untuk mengetahui sebuah kabar atau informasi. Dapat dibayangkan jika pada zaman sebelum adanya perkembangan, manusia tidak bersosialisasi dan berkomunikasi, dan teknologi pun tidak akan berkembang seperti masa sekarang. (Wiryaningrum et al., 2022)

Di masa sekarang, kita tidak dapat memungkiri bahwa perkembangan teknologi menjadi peran utama dalam proses komunikasi didalam perkembangan masyarakat industri yang telah menjadi masyarakat informasi. Era globalisasi memberikan banyak perubahan yang sangat signifikan kepada gaya hidup dan pola berfikir manusia. Pada era ini manusia ditantang untuk beradaptasi secara cepat dengan perubahan zaman. Teknologi komunikasi merupakan hasil dari prinsip keilmuan komunikasi yang memiliki tujuan untuk menghasilkan sesuatu yang bermanfaat bagi proses komunikasi.

Semakin cepat berkembangnya teknologi membuat hampir semua kehidupan manusia yang bebas dari penggunaan teknologi secara langsung maupun tidak langsung. Munculnya banyak teknologi canggih membuat banyak perubahan pada kehidupan manusia. Kemajuan teknologi informasi dan penggunaannya dalam berbagai bagian kehidupan memberikan tanda perubahan pada manusia menuju masyarakat informasi.

Internet merupakan sebuah produk perkembangan teknologi yang memberikan kemudahan para penggunanya untuk menyebarkan segala informasi ke seluruh bagian dunia yang sangat jauh, meskipun internet juga memiliki dampak positif dan negatif seperti dua sisi mata uang yang berbeda. (Sandi Marga Pratama, 2020)

Perkembangan teknologi komunikasi juga menjadi sebab munculnya media sosial. Media sosial merupakan sebuah media online yang telah menjadi sebuah trend di seluruh kehidupan manusia. Media sosial memiliki dampak yang begitu besar bagi para penggunanya seperti, bisa memiliki akses mudah untuk berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan suatu hal yang bisa

dinikmati oleh orang lain.(Ainiyah, 2018) Secara keseluruhan menurut We Are Social mereka mencatat terdapat 139 juta identitas pengguna media sosial di Indonesia pada Januari 2024. Jumlah itu setara dengan 49,9% total populasi nasional.

Dalam hal ini media sosial juga memiliki fungsi sebagai media campaign yang berbasis aplikasi, salah satu aplikasi yang bisa menjadi media campaign dan menjangkau banyak orang adalah dengan aplikasi TikTok. Aplikasi TikTok merupakan sebuah media audio visual yang berfungsi untuk menyebarkan segala bentuk ide yang bersumber dari setiap penggunanya. Aplikasi TikTok ini berhasil menyatukan media sosial, messaging dengan teknologi berbagi video.(Prakoso, 2020)

Generasi merupakan suatu konstruksi yang dimana terdapat sekelompok orang yang memiliki kesamaan pada umur dan cerita pengalaman.(Rachmawati, 2019) Terdapat berbagai pendapat mengenai perbedaan generasi dan pengelompokan generasi berdasarkan tahunnya. Pada dasarnya generasi Z merupakan generasi yang mempunyai rentang usia 12 hingga 27 tahun.

Generasi Z adalah generasi yang memiliki karakteristik yang berbeda dengan jenis generasi X dan Y. Generasi Z ini memiliki karakteristik ramah akan teknologi, multitasking dan kurang perhatian. Generasi Z saat ini berada pada dunia industri 4.0 yang dimana generasi ini merupakan generasi pertama yang tumbuh dan berkembang di dunia internet (Marisa, 2020).(Lingga et al., 2022) Generasi ini dipersiapkan untuk menjadi agen perubahan dan dikenal sebagai generasi *mobile* (Rachmawati dan Purwaningrum, 2019). (A. Efendi et al., 2021) Generasi di masa ini selalu dimanjakan oleh fasilitas yang diberikan dari perkembangan teknologi digital dan memiliki minat belajar yang cenderung rendah ketika metode yang digunakan dalam pembelajaran terlalu tradisional. Generasi ini memiliki cara komunikasi dan media sosial yang informal, individual, dan sangat lurus.

Generasi ini sebagai generasi *digital natives* lebih mengandalkan kecepatan dalam menerima dan menggunakan informasi, ingin segera mendapatkan informasi, sehingga generasi ini kurang bisa menerima hal yang bersifat lambat dan cenderung menerima informasi dengan non linear, mengacak dari tugas satu ke tugas yang lain, dan lebih mudah memahami gambar daripada teks (Mardianto, 2019). (A. Efendi et al., 2021) Kemajuan teknologi dan pesatnya perkembangan

internet sangat berdampak bagi kehidupan Gen Z. Generasi ini telah terbiasa berkomunikasi dengan menggunakan gadget yang dimiliki.

Hampir semua kehidupan Gen Z berada dalam genggaman mereka, seperti mencari informasi tentang dunia luar, bermain game, dan berbelanja pun melalui gadget mereka. Dalam penggunaan teknologi terutama gadget, Gen Z menggunakannya selain untuk hiburan juga digunakan untuk kepentingan diri mereka. (Hastini et al., 2020) Generasi Z juga menggunakan media sosial sebagai platform untuk mendukung berbagai isu, mulai dari lingkungan, kesehatan mental, hingga isu sosial lainnya. Media sosial telah menjadi alat penting bagi Gen Z dalam mendukung perubahan sosial yang ada dalam kehidupan mereka. (Logica, 2023)

Kesehatan mental merupakan salah satu kajian dalam ilmu kejiwaan yang sudah ada sejak abad ke-19. Kesehatan mental merupakan suatu ilmu yang praktis dan banyak terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Semakin berkembangnya zaman di masa sekarang, kesehatan mental sudah jauh lebih berkembang dan maju (Ramayulis, 2002). (Dahlia, 2005) Pada awalnya kesehatan mental hanya diperuntukkan bagi mereka yang mempunyai gangguan kejiwaan dan tidak diperuntukkan bagi umum. Gangguan kesehatan mental merupakan kondisi dimana penderitanya kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan kondisi sekitar. Mereka yang mengalami gangguan mental akan merasa tidak mampu dalam menghadapi sebuah masalah sehingga akan muncul rasa stres yang berlebihan. (Putri et al., 2015)

Tetapi seiring dengan berkembangnya zaman, kesehatan mental tidak hanya terbatas bagi mereka yang mempunyai gangguan kejiwaan, tetapi juga bagi mereka yang mentalnya sehat. Mental yang sehat dalam artian ini adalah, mereka yang mampu mengeksplor dirinya dan berinteraksi dengan lingkungan di sekelilingnya. (Dahlia, 2005)

Kesehatan mental yang baik bagi individu ketika kondisi mereka terbebas dari segala jenis gangguan jiwa dan kondisi mereka dapat berfungsi secara normal dalam menghadapi masalah-masalah yang mungkin akan mereka temui selama hidup. (Putri et al., 2015) Menurut WHO, kesehatan mental merupakan hal yang harus disadari oleh setiap masing-masing orang. Bagaimana cara mereka mengelola rasa stres dalam kehidupan untuk melakukan banyak aktivitas secara produktif dan membuahkan hasil. Menurut laporan WHO (World Health Organization) pada tahun

2021, sekitar 16% populasi remaja mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan perilaku, dan gangguan makan. (Putri et al., 2015)

Di masa sekarang, pemberian edukasi mengenai kesehatan mental, gangguan kesehatan mental, dan penanganannya menjadi hal yang sudah seharusnya dilakukan. Edukasi ini diberikan tidak hanya kepada penderita gangguan kesehatan mental, melainkan kepada masyarakat pada umumnya, terutama pada Gen Z yang pada dasarnya memiliki tingkat kepedulian rendah.

Pemberian edukasi tidak hanya melalui rumah sakit, tetapi juga bisa melalui aplikasi aplikasi sosial media yang sudah masuk kedalam kehidupan Gen Z. Edukasi melalui konten-konten yang menarik di aplikasi TikTok, seperti yang dilakukan oleh Ananza Aprili dalam platform Tik Tok nya. Dengan adanya *social media campaigns* yang bersifat mengedukasi dan mengajak Gen Z untuk memahami tentang kesehatan mental, dengan adanya *social media campaigns* ini Gen Z bisa lebih aware tentang kesehatan mental yang bisa terjadi kepada siapa saja.

Masalah kesehatan mental di kalangan generasi muda seperti depresi, anxiety disorder, dan stres semakin meningkat di kalangan generasi Z. Penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 25% remaja di dunia mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini menjadikan isu kesehatan mental sebagai perhatian penting yang perlu diteliti lebih lanjut. Dampak kesehatan mental pada kehidupan generasi muda memiliki dampak negatif yang dapat merusak prestasi akademik, hubungan sosial, dan kualitas hidup generasi muda. Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran dan kepedulian Gen Z tentang isu kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting untuk mendukung kesejahteraan psikologis.

Ananza Aprili atau yang lebih dikenal dengan Ananza, adalah seorang content creator Indonesia yang populer di platform TikTok. Perempuan kelahiran 19 Januari 2001 ini berasal dari Bandung, Jawa Barat. Ananza meniti karirnya sebagai content creator di TikTok pada tahun 2019, ketika masih duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA). Sejak awal, perempuan ini membuat konten di TikTok banyak menyoroti isu-isu kesehatan mental, terutama depresi dan anxiety disorder. Ananza sendiri juga pernah mengalami masalah kesehatan mental dan ingin membagikan pengalamannya agar dapat membantu orang lain yang mengalami keadaan yang sama.

Dengan pendekatan yang ringan, menarik, dan mudah dimengerti, konten Ananza di TikTok cepat menjadi populer di kalangan generasi muda, khususnya Generasi Z. Saat ini, akun TikTok @ananzaprillzz memiliki lebih dari 3,5 juta pengikut dan total tayangan lebih dari 100 juta kali. Selain membahas isu kesehatan mental, Ananza juga membuat konten lain seperti vlog kehidupan sehari-hari, tips gaya hidup sehat, dan berbagai konten hiburan lainnya yang sesuai dengan kehidupan anak-anak muda. Namun, isu kesehatan mental selalu menjadi fokus utama Ananza dalam membagikan konten di TikTok.

Dengan pengaruh yang dimilikinya, Ananza telah berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman generasi muda, khususnya Gen Z, tentang pentingnya kesehatan mental. Ananza juga aktif bekerja sama dengan berbagai organisasi dan komunitas yang bergerak dalam bidang kesehatan mental. Ananza Aprili sebagai influencer TikTok di bidang kesehatan mental dengan popularitas dan jangkauan yang luas, penelitian ini dapat menganalisis bagaimana efektivitas kontennya dalam meningkatkan kepedulian Gen Z tentang isu kesehatan mental.

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti memiliki keinginan untuk melakukan penelitian mendalam tentang bagaimana konten TikTok dari Ananza Aprili berpengaruh dalam meningkatkan kepedulian Gen Z tentang isu kesehatan mental, sehingga penelitian mengangkat penelitian yang berjudul “Analisis Tingkat Pengaruh Konten TikTok Ananza Aprili Dalam Meningkatkan Kepedulian Gen Z Tentang Isu Kesehatan Mental”. Penelitian ini juga dapat berkontribusi dalam upaya campaign kesehatan mental di kalangan generasi muda.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti dapat menentukan rumusan masalah pada penelitian, yaitu sebagai berikut “Bagaimana pengaruh konten TikTok Ananza Aprili terhadap kepedulian Gen Z tentang isu kesehatan mental?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka peneliti mendapatkan tujuan penelitian yang mencakup beberapa hal berikut:

1. Mengetahui Tingkat Kepedulian Gen Z tentang Kesehatan Mental, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa peduli Gen Z terhadap isu kesehatan mental sebelum dan sesudah menonton konten TikTok dari Ananza Aprili.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat akademis, yaitu sebagai berikut:

1. Menghasilkan data kuantitatif tentang tingkat kepedulian Generasi Z terhadap isu kesehatan mental, dengan fokus pada mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM Angkatan 2021
2. Menghasilkan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang pemanfaatan media sosial untuk kampanye kesehatan mental
3. Menghasilkan rekomendasi praktis untuk pengembangan konten kesehatan mental yang efektif di platform media sosial

Dan juga penelitian ini memiliki beberapa manfaat praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi *content creator* kesehatan mental: Memberikan insight tentang format konten dan gaya komunikasi yang efektif untuk menjangkau kalangan Generasi Z, khususnya pada platform TikTok
2. Bagi institusi pendidikan: Memberikan ide rancangan program kesehatan mental yang lebih sesuai dengan preferensi komunikasi kalangan Generasi Z
3. Bagi praktisi kesehatan mental: Memberikan gagasan untuk memahami bagaimana media sosial berperan sebagai sarana edukasi dan meningkatkan *awareness* terkait kesehatan mental