

**ANALISIS RESEPSI GENERASI Z TERHADAP PENDIDIKAN KESEHATAN
MENTAL DALAM YOUTUBE CHANNEL SATU PERSEN**



Skripsi

**Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Ilmu Komunikasi pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia**

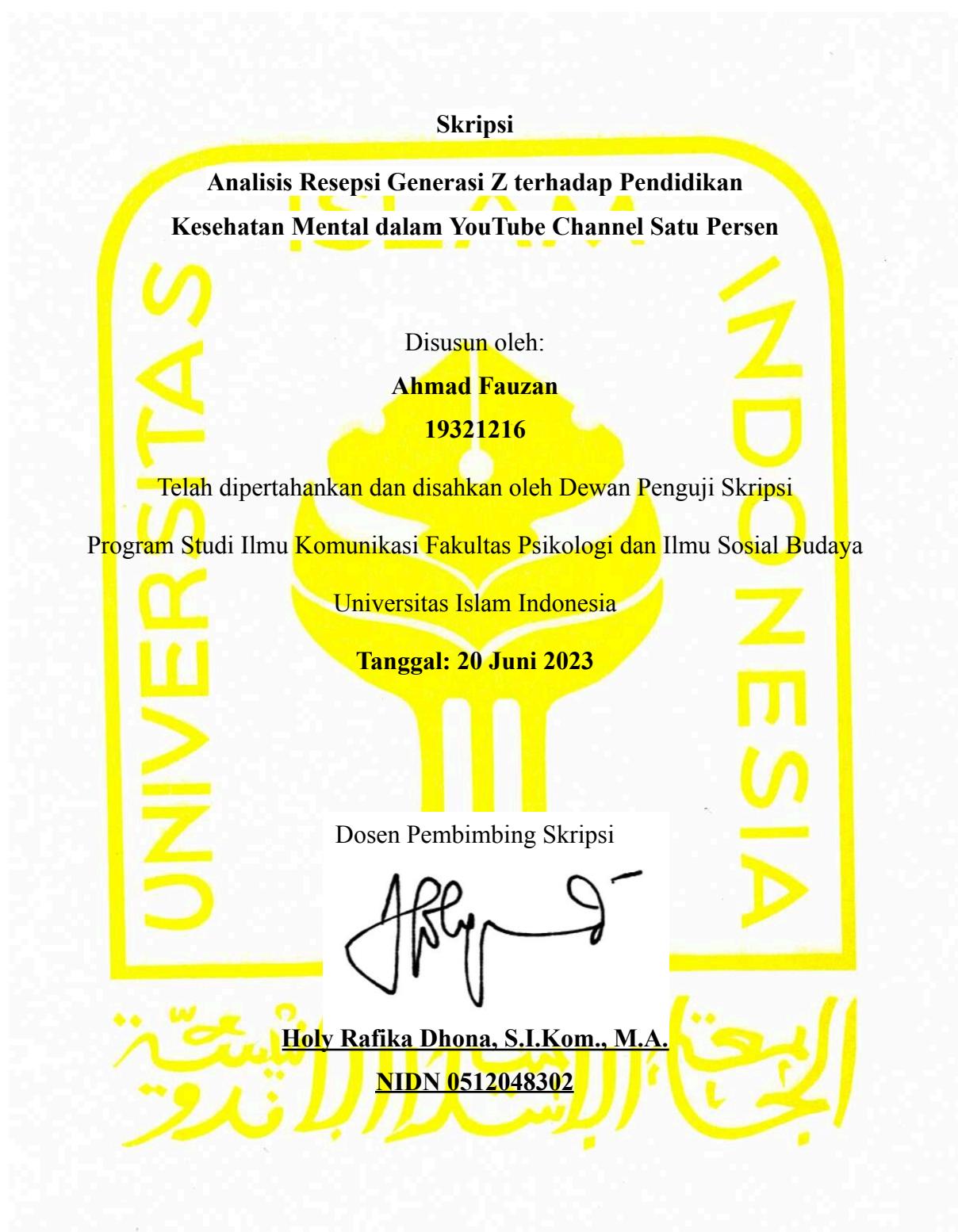
Oleh:

Ahmad Fauzan

19321216

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN



HALAMAN PENGESAHAN

Analisis Resepsi Generasi Z terhadap Pendidikan Kesehatan Mental dalam YouTube Channel Satu Persen

Disusun oleh:

Ahmad Fauzan

19321216

Telah dipertahankan dan disahkan oleh Dewan Pengaji Skripsi

Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Tanggal: 20 Juni 2023

Dewan Pengaji:

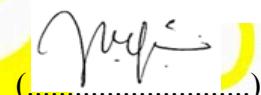
1. Holy Rafika Dhona, S.I.Kom., M.A.

NIDN: 0512048302

2. Puji Rianto, S.I.P.,MA

NIDN: 0503057601

()

()

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia



Iwan Awaluddin Yusuf, S.I.P., M.Si., Ph.D

NIDN 0506038201

ابحث بالبحث
ابحث بالكتاب

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

1. Nama : Ahmad Fauzan
2. NIM : 19321216
3. Program Studi : Ilmu Komunikasi
4. Judul Skripsi : Analisis Resepsi Generasi Z terhadap Pendidikan Kesehatan Mental dalam YouTube Channel Satu Persen

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama menyusun skripsi ini saya tidak melakukan tindak pelanggaran akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia.
2. Karena itu, skripsi ini merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.

- Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya setujui dengan sesungguhnya.

Yogyakarta, 19 Februari 2024

Yang menyatakan,



Ahmad Fauzan

NIM 19321216

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu'alaikum warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan berkah, rahmat, dan karunia-Nya yang telah melimpahkan kelancaran pada proses riset dan penulisan tesis berjudul "Analisis Resepsi Generasi Z terhadap Pendidikan Kesehatan Mental dalam YouTube Channel Satu Persen". Doa dan salam kami sampaikan kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam. Tesis ini disusun sebagai syarat penyelesaian pendidikan di Program Studi Ilmu Komunikasi untuk meraih gelar Ilmu Komunikasi dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Kami ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan dorongan agar kami dapat menyelesaikan penelitian ini hingga akhir. Kami menyadari bahwa sebuah tesis yang baik adalah tesis yang berhasil diselesaikan, dan atas bantuan serta dukungan ini, kami sampaikan penghargaan yang tulus kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Sapudi dan Mama Diyartie dan seluruh keluarga yang selalu memberikan doa dan semangat, menjadi pendorong utama dalam perjalanan meneliti penulis.
2. Bapak Iwan Awaluddin Yusuf, S.I.P., M.Si., Ph.D, Kepala Prodi Ilmu Komunikasi Universitas Islam Indonesia, beserta jajarannya.
3. Bapak Holy Rafika Dhona, S.I.Kom., M.A., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang berperan besar atas: dimulainya, hingga diselesaiannya penelitian ini.
4. Bapak Puji Rianto, S.I.P.,MA, selaku Dosen Penguji yang berperan besar dalam menyempurnakan kekurangan-kekurangan yang dimiliki, sehingga memaksimalkan kedalaman dan nilai penelitian ini.

5. Bapak Dr. Subhan Afifi, S.Sos., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang memberikan arahan dan nasihat sepanjang pelaksanaan perkuliahan di Universitas Islam Indonesia.
6. Dosen dan karyawan Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, yang memberikan bantuan dan kerja sama yang baik bagi mahasiswanya.
7. Sahabat-sahabat terkasih: Fazri, Bima, Novera, Thifany dan Novera yang menjadi penyemangat serta teman berpikir yang menyenangkan ketika penelitian ini dilaksanakan.

Segala dukungan yang diberikan oleh berbagai pihak, termasuk yang tidak dapat disebutkan satu per satu, diharapkan mendapatkan balasan kebaikan yang bermanfaat dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan dan dengan rendah hati menerima kritik serta saran dari pembaca. Permintaan maaf diungkapkan atas kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini, dan semoga tulisan ini memberikan manfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi Wabarakatuh

MOTTO

“Yesterday you said tomorrow”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk
Bapak Sapudi, dan Mama Diyartie, kedua orang tua penulis.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PENGESAHAN.....	2
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	4
KATA PENGANTAR.....	6
MOTTO.....	8
DAFTAR ISI.....	9
BAB I	
PENDAHULUAN.....	11
1.1. Latar Belakang.....	11
1.2. Rumusan Masalah.....	17
1.3. Tujuan Penelitian.....	18
1.4. Manfaat Penelitian.....	18
1.5. Penelitian Terdahulu.....	18
1.6. Kerangka Teori.....	24
1.6.1 Resepsi.....	24
1.6.2 Kesehatan mental dan Komunikasi Kesehatan.....	30
1.7. Kerangka Penelitian.....	32
1.8. Metode.....	32
1.8.1. Paradigma Penelitian.....	32
1.8.2. Jenis Penelitian.....	33
1.8.3. Teknik Pengumpulan Data.....	33
1.8.4. Informan Penelitian.....	33
1.8.5. Keabsahan Data.....	34
1.8.6. Analisis Data.....	34
1. Pengumpulan Data.....	34
2. Reduksi Data.....	35
3. Penyajian Data.....	35
4. Kesimpulan.....	35
BAB II	
GAMBARAN UMUM.....	37
2.1. Objek Penelitian.....	37
BAB III	
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	45

3.1. Temuan.....	45
3.1.1. Pembacaan Audiens pada teks Youtube Satu Persen.....	45
3.1.2. Struktur Pemaknaan Audiens pada Pembacaan.....	59
1. Infrastruktur Teknis.....	59
2. Relasi Produksi.....	68
3. Frame of Knowledge.....	77
3.2. Pembahasan.....	85
BAB IV	
KESIMPULAN DAN SARAN.....	94
4.1. Kesimpulan.....	94
4.2. Saran.....	99
DAFTAR PUSTAKA.....	101

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hadirnya teknologi informasi seperti media sosial, secara masif mengubah gaya hidup masyarakat dunia. Dengan hanya berbekal gawai dan koneksi internet, kita dapat menjangkau bermacam informasi yang tersedia di internet secara gratis melalui media sosial, kapanpun dan dimanapun. Hampir seluruh aspek kehidupan kita, sedikit demi sedikit membutuhkan media sosial, baik untuk mencari berita, pengetahuan, hingga hiburan. Merujuk pada hal tersebut, riset yang diadakan oleh We Are Social pada tahun 2023, menyatakan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia telah mencapai angka 212 juta pengguna, yang berarti 77% dari total populasi negara Indonesia (Kemp, 2023).

Dalam menilik ragam aktivitas di media sosial, YouTube merupakan salah satu situs yang paling sering digunakan. Situs ini memungkinkan para penggunanya untuk saling berbagi, mengunggah, dan menonton video. Media sosial yang memiliki 122 juta pengguna ini, sangat digemari masyarakat luas karena konten-konten menarik yang ditawarkannya dan penggunaannya yang mudah dan gratis. Media sosial YouTube juga digunakan para penggunanya sebagai sarana media promosi, berbagi pengalaman, berbagi ekspresi seperti: musik, puisi, dan *video blog* (vlog), hingga segala bentuk informasi dan wadah untuk bersosialisasi, dapat diakses dalam media sosial ini. Dalam Hootsuite dan We Are Social memaparkan bahwa pengguna internet berusia 16-24 tahun, merupakan pengguna yang paling banyak menghabiskan waktunya menonton video online di perangkat mereka, dalam hal ini adalah menonton video YouTube. Lebih lanjut, Alexa.com bahkan menahtakan YouTube sebagai situs yang paling sering dikunjungi kedua di internet, setelah Google.com (Kemp, 2021).

Para *user* yang mendominasi YouTube tersebut, secara kategori generasi termasuk

ke dalam Generasi Z (atau Gen Z) atau biasa disebut *iGeneration (internet generation)*, yakni kelompok masyarakat yang lahir dalam dunia digital dan internet. Gen Z didefinisikan secara beragam, sehingga untuk mendapatkan acuan yang terukur, penelitian ini merujuk pada salah satu definsi yang ditetapkan oleh Pew Research Center mengenai klasifikasi generasi, dalam publikasinya "*Defining Generations: Where Millennials end and Generation Z Begins*". Sejak tahun 2018, Pew Research Center memutuskan untuk menetapkan bahwa siapapun yang lahir antara tahun 1981 dan 1996 (usia 23 hingga 38 tahun pada tahun 2019) dianggap sebagai Milenial, dan siapa pun yang lahir dari tahun 1997 dan seterusnya adalah bagian dari generasi baru, dalam hal ini, Gen Z atau iGen (Pew Research Center, 2023).

Terkait pemanfaatannya yang beragam, YouTube sering dijadikan sebagai wadah edukasi karena kepraktisannya dan aksesibilitasnya yang mudah. Banyaknya pilihan informasi yang tersedia juga menjadi komponen penting mengapa YouTube layak menjadi tempat belajar yang dapat diandalkan, mulai dari video tutorial hijab, senam aerobik, kajian filsafat, video motivasi, tips dan trik *social media marketing*, dan beragam video lainnya. Seiring dengan meningkatkan jumlah kreator dalam kanal YouTube, pilihan konten di YouTube pasti akan mengalami peningkatan. Resmi tercatat pada tahun 2016, durasi konten yang terunggah mencapai 1 miliar jam pertamanya dan akan terus meningkat, yang dalam perspektif tersebut, butuh lebih dari 100,000 tahun untuk menontonnya hingga selesai (Goodrow, 2017). Tingkat keterikatan para pengguna kian meroket terhadap YouTube, dengan laporan statistik mengungkap 122 juta pengguna aktif harian, dengan rata-rata durasi menonton 19 menit per hari (Aslam, 2023).

Di samping dari segala manfaat yang diberikannya, banyak penelitian yang mengungkap bahwa media sosial bukanlah alat yang sempurna dan punya efek samping tersendiri. Cepatnya penyampaian informasi yang dimiliki media sosial, di satu sisi juga berarti cepat dalam menyebarkan konten-konten negatif. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dr Heather Woods dan Dr Holly Scott, dua akademisi dari University of

Glasgow, School of Psychology dalam publikasi mereka yang berjudul “#Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem” (Woods & Scott, 2016) mengungkap bahwa remaja yang sering menggunakan media sosial, terutama di malam hari, dan yang terlibat secara emosional dengan media sosial, mengalami berbagai dampak negatif seperti kualitas tidur yang buruk, harga diri yang rendah (*low self-esteem*), dan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi. Temuan ini semakin menegaskan bahwa penggunaan media sosial berdampak pada kesejahteraan remaja.

Mengingat Generasi Z adalah kelompok masyarakat yang paling memadati jagad media sosial, permasalahan kesehatan mental tentu lebih menghantui mereka. Menurut paparan American Psychological Association (APA) yang mengatakan bahwa Gen Z secara statistik lebih rentan mengalami gangguan mental, salah satu penyebab yang memicu hal tersebut adalah teknologi. Terlahir di dunia yang sangat terkoneksi antar satu sama lain, di satu sisi dapat membangkitkan perasaan terisolasi dan kesepian yang akut pada beberapa remaja. Hal tersebut juga dapat memicu timbulnya berita negatif yang membanjiri timeline, *fear of missing out*, dan rasa malu karena gagal memenuhi standar media sosial (The Annie E. Casey Foundation, 2021). Seperti yang diperkirakan, masalah kesehatan mental meningkat tajam dalam masa pandemi COVID-19. Adanya wabah virus menyebabkan terbatasnya pergerakan masyarakat seluruh dunia, sehingga kesulitan berkонтак secara fisik dan lebih sering mengisolasi diri.

Sebagai generasi termuda, mereka seringkali dianggap lemah, manja (*entitled*), dan terlalu sensitif, sehingga kerap muncul istilah ‘generasi stroberi’ untuk generasi ini, yang memberikan penggambaran “manis, namun tidak tahan terhadap tekanan”. Namun, stigma semacam itu jauh dari kebenaran karena Gen Z terbukti sebagai generasi yang sangat tangguh, inovatif, dan adaptif. Salah satu stigma yang paling umum terkait dengan Gen Z adalah bahwa mereka lemah. Persepsi ini muncul dari gagasan bahwa mereka tumbuh dalam dunia di mana mereka dilindungi dari pengalaman negatif. Namun, stigma ini gagal

mengakui bahwa Gen Z tumbuh dalam era perubahan sosial dan politik yang belum pernah terjadi sebelumnya. Mereka telah mengalami krisis global seperti serangan teroris 9/11, krisis keuangan 2008, dan sekarang pandemi COVID-19, yang membuat mereka lebih tangguh daripada generasi sebelumnya. Salah satu aspek penting dari Generasi Z yang patut disebutkan ketika membahas stigma adalah cara pandang mereka terhadap kesehatan mental. Berbeda dengan generasi sebelumnya, Gen Z sangat terbuka tentang masalah kesehatan mental dan bersedia membicarakannya secara terbuka. Mereka memahami pentingnya menjaga kesehatan mental mereka dan lebih cenderung mencari bantuan ketika mereka membutuhkannya. Hal tersebut tentu menjadi nilai plus generasi ini, meski aktifnya pelaporan tersebut pula yang menjadi bumerang bagi mereka sendiri karena memiliki catatan kasus tertinggi dalam mengalami permasalahan kesehatan mental, sehingga dicap rentan dan lemah (Ogilvy, 2022).

Hal ini terjadi karena Gen Z tumbuh dalam dunia di mana kesehatan mental dibahas dengan lebih bebas dan terbuka. Mereka memiliki akses informasi tentang kesehatan mental secara online dan melalui media sosial, yang telah membantu mereka mengenali gejala gangguan kesehatan mental dan memahami bahwa tidak apa-apa untuk meminta bantuan. Selain itu, Gen Z lebih cenderung memprioritaskan *self-care* dan kesehatan mental sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari mereka. Mereka lebih sering melakukan latihan kesadaran diri, meditasi, dan terlibat dalam kegiatan yang mempromosikan kesejahteraan mental. Mereka juga mengakui pentingnya mengurangi stres dan kecemasan dalam kehidupan mereka, dan lebih cenderung mengambil cuti dari pekerjaan atau sekolah ketika mereka membutuhkannya.

Secara keseluruhan, sikap Generasi Z terhadap kesehatan mental adalah perkembangan positif yang menghancurkan stigma dan membantu menciptakan masyarakat yang lebih terbuka dan mendukung kemajuan tersebut. Dengan memprioritaskan kesejahteraan mental dan mencari bantuan ketika mereka membutuhkannya, mereka memberikan contoh bagi generasi mendatang dan membantu

menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan tangguh.

Namun dalam melihat ancaman gangguan kesehatan mental, tentu nyata dihadapi para Generasi Z yang lebih aktif bermedia sosial. Oleh karena itu, dalam melihat akar permasalahan tersebut, banyak timbul gerakan edukasi mengenai pentingnya kesehatan mental di internet. Salah satunya seperti yang dilakukan oleh Satu Persen, yang memilih YouTube sebagai platform utama mereka. Dalam kanal YouTube resminya (www.youtube.com/c/SatuPersenIndonesianLifeSchool), Satu Persen kerap memberikan edukasi kesehatan mental dan psikologi. Contoh paparan judul video edukasi tersebut, antara lain seperti: “Cara Mengatasi Stress”, “Ciri-Ciri Orang Depresi”, “Bagaimana Cara Mengatasi Kecemasan Berlebih”, “Memahami Tipe Kepribadian Manusia dan ragam video edukasi lainnya. Berdasarkan pengamatan peneliti, hal ini merupakan penyegaran baru dalam dunia konten YouTube di Indonesia dan sekaligus menjadi katalis dalam menguatkan mental dan mengenal diri sendiri lebih baik bagi penonton YouTube di Indonesia, khususnya Generasi Z.

Dalam melihat keterkaitan antara kesehatan mental, gadget, dan media sosial, terdapat cukup banyak penelitian ilmiah yang telah dirilis oleh para peneliti di Indonesia. Hasil rangkuman peneliti, menunjukkan bahwa setidaknya terdapat dua kategori objek kajian yang mendominasi topik penelitian tersebut, yakni: (i) melihat proses pembentukan pesan (contoh: “Interaktivitas Akun Media Sosial Instagram @Ibunda.id sebagai Media Informasi dan Edukasi Kesehatan Mental” oleh Nabila, 2022) dan (ii) melihat pengaruh dari pesan dan/atau medium (contoh: “Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Stories dengan Kesehatan Mental” oleh Taqwa, 2018). Oleh karena itu, untuk mengisi kekosongan tersebut, peneliti memfokuskan objek kajian penelitian ini kepada bagaimana audiens meresepsi pesan edukasi kesehatan mental.

Analisis resepsi adalah teori yang melihat penerimaan khalayak terhadap suatu pesan sebagai proses yang tidak terjadi secara apa adanya, melainkan mengalami proses pencernaan (*decoding*) yang berbeda-beda, sehingga menghasilkan persepsi yang

berbeda-beda pula. Analisis resepsi juga mempercayai bahwa pesan yang disandikan memiliki sematan atau pengkodean (*encoding*) ideologi-ideologi tertentu. Persepsi terhadap pesan yang diterima oleh tiap-tiap khalayak, dikategorikan menjadi tiga posisi utama; yakni *Pertama*, Hegemonik-dominan (*dominant-hegemonic*), di mana pembaca memaknai teks sejalan dengan kode-kode program dan secara penuh menerima makna yang telah dikehendaki oleh sang pembuat teks. *Kedua*, posisi yang dinegosiasikan (*negotiated reading*), pembaca memiliki batas-batas tertentu yang sejalan dengan *preferred reading* yang telah disematkan, tetapi tidak sepenuhnya menyetujui pengkodean terhadap pesan. Dan yang *ketiga* adalah posisi oposisional (*oppositional reading*), di mana pembaca menolak kode yang telah diprogram dan menolak *preferred reading* yang telah disengajakan oleh pembuat kode (Hall, 2019).

Intensitas penggunaan internet Generasi Z, yang notabene telah lahir di dunia yang terdigitalisasi sehingga keterikatan tersebut pula yang menyebabkan rentanya kelompok tersebut untuk mengidap gangguan-gangguan kesehatan mental. Hal ini seakan menjadi narasi yang berlawanan tentang pernyataan bahwa di era internet, penyampaian informasi dapat disalurkan secepat sentuhan jari, sehingga memudahkan masyarakat untuk lebih mudah mengedukasi dirinya tentang pentingnya kesehatan mental. Oleh karena itu, peneliti memilih teori resepsi untuk melihat bagaimana sebenarnya tayangan video edukasi di platform YouTube yang kerap diakses oleh para Generasi Z.

Penelitian ini akan mengambil lokasi di Kota Yogyakarta dikarenakan kota Yogyakarta sendiri dikenal sebagai salah satu tempat berkumpulnya para mahasiswa dari seluruh Indonesia, yang kini secara demografi merupakan bagian dari kelompok masyarakat Generasi Z. Dikenalnya Yogyakarta sebagai Kota Pelajar tidak semata-amta karena tingginya angka mahasiswa yang memadati kota tersebut, tetapi kota ini juga memiliki tingkat kegemaran membaca tertinggi di seluruh di Indonesia, dengan perolehan 72,29 poin (Santika, 2023).

Selain itu, penentuan lokasi di Yogyakarta juga mempertimbangkan kemudahan akses peneliti sehingga penelitian yang diusung berjalan dengan optimal. Pemilihan responden penelitian akan menggunakan *purposive sample*. Akan ada beberapa partisipan yang akan menjadi responden yang dipilih karena memenuhi kriteria penelitian. Sasaran responden yang akan dipilih merupakan Generasi Z yang berlokasi di Yogyakarta. Peneliti akan melakukan *in-depth interview* terhadap sejumlah responden tersebut guna memperoleh data yang diperlukan.

1.2. Rumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dirumuskan dengan satu pertanyaan sebagai berikut:

“Bagaimana resensi Generasi Z terhadap penyebaran edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen?”

Perspektif studi resensi mengasumsikan bahwa audience secara aktif membangun makna sendiri. Audiens dapat menerima, menegosiasikan atau bahkan menolak pesan. Oleh karena itu, riset ini berusaha mendeskripsikan pembacaan (*reading*) informan penelitian pada pesan. Selanjutnya, penelitian ini juga berusaha menjelaskan bagaimana pembacaan tertentu dapat lahir oleh seorang audiens. Dalam hal ini, pembacaan tersebut disebabkan oleh struktur pemaknaan (*decoding*) yakni; infrastruktur teknis yang digunakan dalam menerima pesan, relasi produksi audiens dalam tatanan sosial dan *frame of knowledge* (bingkai pengetahuan yang bersifat hegemonik).

Dengan demikian pertanyaan dalam penelitian ini akan disingkat menjadi dua yakni:

1. Bagaimana pembacaan audiens pada teks edukasi kesehatan mental di kanal Youtube Satu Persen?

2. Bagaimana struktur pemaknaan audiens pada pembacaan tersebut?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan pembacaan audiens terhadap teks edukasi kesehatan mental dalam tayangan pada kanal Youtube Satu Persen
2. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan struktur pemaknaan audiens terhadap teks edukasi kesehatan mental dalam tayangan pada kanal Youtube Satu Persen

1.4. Manfaat Penelitian

1. Manfaat penelitian secara teoritis:

Dapat menambah wawasan pembaca mengenai resensi umum Generasi Z terhadap penyebarluhan konten edukasi di YouTube.

2. Manfaat penelitian secara praktik:

Dijadikan rekomendasi dan informasi penting bagi masyarakat terkait bagaimana Generasi Z meresepsi media, dan menjadi ulasan.

1.5. Penelitian Terdahulu

1.6.1 Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kadek Sharidevy Anggira Gashya dan Syifa Syarifah Alamiyah dari Fakultas Ilmu Komunikasi, UPN Veteran Jawa Timur dengan judul **“The Millennial Use of Health Service Instagram Account, @Riliv, In Surabaya” (2019)**. Riset yang dikembangkan berfokus untuk mengetahui kelompok masyarakat milenial Surabaya dalam memanfaatkan akun Instagram @Riliv (edukator kesehatan

mental). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk menguraikan pengalaman masing-masing informan.

Kesimpulan yang dijabarkan dalam penelitian tersebut menyebutkan bahwa para milenial Surabaya kerap memanfaatkan akun Instagram @Riliv sebagai medium untuk mencari informasi terkait isu kesehatan mental. Alasan lain dalam memanfaatkan akun @Riliv yang dijabarkan yakni untuk mencari informasi seputar kegiatan/acara, mencari lowongan *internship*, dan sebagai bentuk dukungan untuk startup lokal Surabaya. Akun resmi @Riliv diakses oleh para informan dengan frekuensi rata-rata dua kali dalam seminggu.

Milenial Surabaya juga menunjukkan ketertarikan yang tinggi mengenai konten-konten dengan tema kesehatan mental tertentu, seperti: *self-love*, *self-harm*, *body positivity* dan meditasi. Seluruh informan menyepakati bahwa adanya dampak positif yang dirasakan, seperti timbul kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dan lebih teredukasi mengenai pengetahuan psikologi yang relevan dan terkini. Meski menunjukkan tingginya manfaat positif, para peneliti yang mengusung juga mengakui bahwa penggunaan Instagram berlebih memiliki dampak negatifnya tersendiri, seperti memicu timbulnya kecenderungan untuk mengalami gangguan kecemasan (*anxiety*) hingga depresi.

Persamaan riset terdahulu yang digagas Gashya dan Alamiyah (2019) dengan riset peneliti terdapat pada; pemilihan topik kesehatan mental, media sosial, proses penggalian data menggunakan *in-depth interview* dan fokus objek penelitian pada kelompok masyarakat tertentu (millennial). Di sisi lain, perbedaannya terletak pada fokus utama dalam riset tersebut, riset terdahulu berfokus pada bagaimana milenial Surabaya memanfaatkan akun Instagram @Riliv sebagai penyedia informasi

kesehatan mental, sedangkan penelitian ini mengangkat fokus tentang bagaimana Generasi Z tayangan edukasi sehat mental oleh kanal YouTube Satu Persen.

1.6.2 Penelitian terdahulu yang oleh Karina Desi H Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Diponegoro dengan judul “**Pengaruh Intensitas Mengakses Fitur-Fitur Gadget dan Tingkat Kontrol Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Remaja**” (2016). Riset yang telah dikembangkan tersebut berfokus untuk mengetahui pengaruh penggunaan fitur gawai serta tingkat peranan orang tua dalam mengontrol terhadap kesehatan mental remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan memilih populasi siswa-siswi SMA 9 Semarang dengan rentang umur 15 hingga 18 tahun. Penerapan uji hipotesis yang diterapkan menggunakan metode Uji Regresi Linear Berganda guna melihat pengaruh intensitas mengakses fitur gawai serta peran kendali orang tua terhadap kesehatan mental remaja.

Kesimpulan yang dapat diambil: terdapat hasil yang signifikan mengenai pengaruh variabel bebas intensitas mengakses fitur gawai (X1) terhadap kesehatan mental remaja (Y), kemudian di samping itu, terdapat pula hasil yang signifikan mengenai pengaruh antara variabel bebas tingkat kontrol orang tua (X2) terhadap kesehatan mental remaja (Y). Di saat yang bersamaan, menunjukkan bahwa variabel (X1) dan (X2) memiliki pengaruh kuat terhadap (Y). Penambahan lain dalam riset tersebut juga mempertegas bahwa kesehatan mental yang dialami remaja akibat penggunaan gawai yang berlebih, dapat memberi pengaruh baik ataupun sebaliknya. Pengaruh penggunaan gawai ke kesehatan mental yang lebih positif dalam keluarga seperti pemberian dukungan, kasih sayang, dan menjelajahi hal-hal baru yang lebih positif. Sedangkan wujud pengaruh

negatif seperti mendorong remaja ke sikap antisosial, tidak peka terhadap lingkungan sekitar, dan lebih sering terdistraksi dari dunia nyata, dsb.

Kesamaan dan kontribusi penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang terletak pada adopsi tema serta perhatian yang sama, yaitu mengenai kesehatan mental pada masa remaja dan penggunaan gawai. Sedangkan, perbedaannya terletak pada metode penelitian, proses pengumpulan data, dan fokus yang dipilih. Penelitian di atas berfokus untuk menyelidiki peran intensitas penggunaan fungsi gadget dan tingkat kontrol orang tua dalam kesehatan mental remaja, tetapi sedangkan penelitian ini ditujukan untuk melihat pemaknaan yang dilakukan generasi Z terhadap tayangan YouTube.

1.6.3 Penelitian terdahulu oleh Steyer Noya, Gatut Priyowidodo & Daniel Budiana dari Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Kristen Petra Surabaya dengan judul **“Penerimaan Audiens Mengenai Mental Illness dalam Film The Joker” (2020)**. Fokus utama dalam riset ini adalah melihat bagaimana audiens meresepsi pembawaan topik *mental illness* dalam film The Joker. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif dan mengumpulkan data menggunakan *in-depth interview*. Metode yang digunakan adalah Analisis Resepsi dan sampel audience yang diambil merupakan individu yang pernah menonton film The Joker.

Ketiga informan melihat dari frame of references, misalnya ketika meninjau pengalaman informan menghadapi individu pengidap penyakit mental di tengah lingkungan masyarakat, hal ini tentu akan mempengaruhi cara pemaknaan mereka ketika menonton film. Pemaknaan penyakit mental dalam film Joker juga dilatarbelakangi oleh stigma tiap-tiap informan yang dibentuk oleh media untuk mengidentifikasi isu kesehatan mental sebagai

bagian yang tidak terpisahkan dari kegilaan/hilang kewarasan. Sementara itu, salah satu informan melihat dari sisi pengalaman dan standarnya sebagai pengidap penyakit mental. Peneliti menyimpulkan bahwa kerangka pengalaman, kerangka referensi, serta pengaruh media memainkan peran krusial terhadap akseptabilitas setiap informan mengenai terpaan isu kesehatan mental dalam film Joker.

Persamaan dan kontribusi pada riset terdahulu di atas dengan penelitian ini terdapat pada pengangkatan topik mengenai kesehatan mental remaja, dan pemilihan jenis penelitian deskriptif dengan metode analisis resepsi. Perbedaan terletak pada fokus penelitian, penelitian di atas berfokus dalam melihat cara audiens meresepsi isu *mental illness* dalam film The Joker, sedangkan penelitian ini mengangkat fokus tentang bagaimana Generasi Z tayangan edukasi sehat mental oleh kanal YouTube Satu Persen.

1.6.4 Penelitian terdahulu yang dikembangkan Mayvita Innani Taqwa dari Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang dengan judul **“Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Stories Dengan Kesehatan Mental” (2018)**. Intensitas penggunaan Instagram Stories merupakan fokus utama yang dipilih dalam penelitian ini. Terkait arahnya, penelitian ini bertujuan mengetahui dampak intensitas penggunaan instagram story terhadap kesehatan mental dengan menggunakan metode kuantitatif ex-post facto. Pemilihan subjek penelitian ini merupakan 358 mahasiswa/i Universitas Muhammadiyah Malang dengan rentang umur 18 hingga 24 tahun yang memiliki akun Instagram serta aktif mengunggah dan mengonsumsi Instagram Stories. Teknik sampling yang ditentukan oleh peneliti adalah *purposive sampling*, dengan mempertimbangkan akurasi data, akses terhadap data serta mobilitas peneliti dan aspek-aspek lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara variabel

intensitas penggunaan media sosial di Instagram Story dengan kesehatan mental sebesar sig 0.000. Nilai korelasinya adalah 0,412. Kedua, 17% penggunaan cerita Instagram di media sosial diketahui dapat memprediksi kesehatan mental.

Persamaan dan kontribusi pada riset terdahulu di atas dengan penelitian ini terdapat pada pengangkatan topik mengenai kesehatan mental remaja, dan penggunaan sosial media. Sedangkan perbedaan terletak pada jenis penelitian yang digunakan dan penggunaan metode serta fokus penelitian.

1.6.5 Penelitian terdahulu yang dikembangkan oleh Fatimah dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dengan judul **“Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam di SMP Piri Jati Agung” (2019)**. Fokus utama penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat dampak kesehatan mental terhadap hasil belajar ajaran Islam. Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah kuantitatif, dengan metode pengumpulan data menggunakan dua metode yaitu survei dan tes. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh dengan me milih 68 siswa, kelas VII sebanyak 32 siswa dan kelas VIII sebanyak36 siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dampak kesehatan mental terhadap hasil belajar pendidikan agama Islam di SMP Piri Jati Agung.

Kesimpulan terjawab pada akhir penelitian, yakni bahwa tara korelasi “r” merupakan = 0,71, yang jika dihubungkan pada standarnya, kisaran angka yang menunjukkan 0,70 hingga 0,90 berarti memiliki korelasi yang baik/tinggi. Di samping itu, taraf kepercayaan 5% menunjukkan angka 0,244 serta taraf kepercayaan untuk 1% menunjukkan angka 0,317. Disimpulkan dalam perhitungan tersebut bahwa, $0,244 < 0,71 > 0$. Berkaca

dari hasil tersebut, dimaknai bahwa terdapat pengaruh antara kedua variabel tersebut dengan tingkat persentase 50,41% dipengaruhi oleh kesehatan mental peserta didik, dan tingkat persentase 49,59% dipengaruhi oleh faktor lain.

Persamaan dan kontribusi pada riset terdahulu di atas dengan penelitian ini terdapat pada pengangkatan topik mengenai kesehatan mental remaja. Namun yang menjadi pembeda jenis penelitian yang diusung Fatimah merupakan kuantitatif dan tidak meninjau keterkaitan sosial media atau internet di dalamnya. Selain itu, metode dan fokus penelitian juga berbeda.

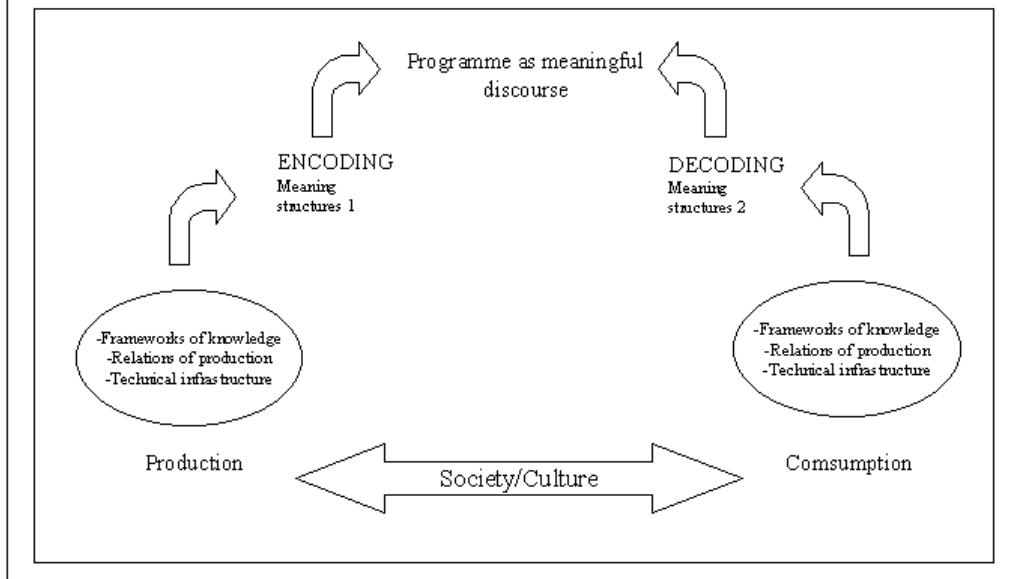
1.6. Kerangka Teori

1.6.1 Resepsi

Dalam memahami sajian konten video yang terunggah pada situs YouTube, penting untuk mengetahui bagaimana media melakukan politik pemaknaan. Dalam salah satu artikel yang dikembangkannya yang berjudul *The Rediscovery of Ideology: Return of the Repressed in Media Studies*, Stuart Hall memposisikan proses pemaknaan ke level yang lebih tinggi. Hall menyatakan, bahwa makna tidak semata-mata bergantung pada struktur yang mengkonstruksi makna itu sendiri, melainkan lebih kepada praktik pemaknaan. Hall berpandangan bahwa makna merupakan produksi sosial dan praktik konstruksi. Media massa dalam pandangan Hall pada dasarnya tidak hanya memproduksi, melainkan juga menentukan (*to define*) realitas melalui diksi-diksi dan konten yang digunakan. Makna tidak hanya bernaung dalam aspek linguistik, tetapi juga pada aspek politik, yakni makna dianggap sebagai sebuah *social struggle*, perjuangan untuk memenangkan wacana publik. Dalam memaknai konten media, tentu tidak terlepas dari analisis resepsi.

Encoding/Decoding Model

Stuart Hall, 1973



Gambar 1.1: Ilustrasi Teori Encoding/Decoding (Hall, 1973)

Teori resensi merupakan teori yang menempatkan penerimaan khalayak terhadap suatu konten, teks atau media merupakan peranan penting. Pesan-pesan yang disematkan dalam teks merupakan gabungan dari berbagai tanda yang kompleks, dimana dalam tanda tersebut merujuk pada suatu ideologi, nilai, atau pandangan yang telah ditentukan (*preferred reading*). Namun, tentu ada kemungkinan jika penerimaan dari khalayak yang mengkonsumsi teks tersebut, menafsirkan hal yang berbeda dari bagaimana pesan itu dikonstruksikan. *Preferred reading* sendiri dapat diartikan sebagai makna dominan yang sengaja dikonstruksikan ke dalam teks. Hall menawarkan tiga hipotesis berbeda ketika melihat proses penerimaan teks oleh khalayak, antara lain:

1. Posisi hegemonik-dominan (*dominant-hegemonic*)

Dalam hipotesis ini, mengartikan bahwa pembaca memaknai teks sejalan dengan kode-kode program dan secara penuh menerima makna yang telah dikehendaki oleh sang pembuat program.

2. Posisi yang dinegosiasikan (*negotiated reading*)

Dalam memaknai teks yang disampaikan, pembaca memiliki batas-batas tertentu yang sejalan dengan *preferred reading* yang telah disematkan. Namun, memiliki objektivitas tersendiri dalam melihat, sehingga tidak sepenuhnya menyetujui pandangan, nilai, atau ideologi yang telah dimaksudkan oleh pembuat kode.

3. Posisi oposisional (*oppositional reading*)

Pembaca menolak kode yang telah diprogram dan menolak *preferred reading* yang telah disengajakan oleh pembuat kode. Dalam hal ini, pembaca memiliki pandangan/pemaknaan tersendiri dan tidak terpengaruh oleh kode-kode yang disematkan (Hall, 2019).

Disimpulkan dari pernyataan di atas, Hall mengakui fakta bahwa pembuat teks (media) selalu memiliki maksud tersembunyi dalam proses membungkai pesan (*encoding*). Penyematan nilai, ideologi dan pandangan sengaja dilakukan untuk memenangkan wacana publik, meski tentu ada kemungkinan dimana penerimaan khalayak yang mengkonsumsi mampu bersikap objektif dan memiliki kemampuan untuk menghindari bujukan tersebut.

Dengan studi resepsinya yang revolusioner, Hall semata-mata tidak bekerja sendiri dalam mengembangkannya. Stuart Hall terinspirasi oleh berbagai pemikir dan teoritikus dalam mencetuskan teori resepsi. Salah satu pengaruh utamanya berasal dari pemikir semiotika dan teori komunikasi di Amerika Latin, seperti Antonio Gramsci, Louis Althusser, dan Roland Barthes. Pemikir-pemikir ini

membantu Hall dalam mengembangkan pemahaman tentang bagaimana makna diproduksi, diterima, dan dinegosiasikan oleh audiens dalam konteks budaya dan kekuasaan (Hall, 1982). Selain itu, Hall juga terpengaruh oleh gagasan-gagasan dari aliran teori kritis dan Marxis, termasuk karya-karya Karl Marx dan teoretikus Frankfurt School seperti Theodor Adorno dan Walter Benjamin. Konsep-konsep ini membantu Hall dalam melihat bagaimana media dan budaya populer berperan dalam membangun ideologi, menentukan norma-norma sosial, dan mempengaruhi konstruksi sosial.

Dengan menggabungkan pemikiran-pemikiran dari berbagai tradisi intelektual ini, Stuart Hall mengembangkan teori resensi yang menekankan peran aktif audiens dalam menginterpretasikan dan merespons pesan-pesan budaya. Ia mengakui bahwa audiens tidak pasif atau sekadar menerima pesan dengan cara yang telah ditentukan oleh produsen pesan, melainkan memiliki kebebasan dan kemampuan untuk memaknai pesan-pesan tersebut sesuai dengan konteks dan pengalaman mereka sendiri.

Kisah yang diuraikan dalam publikasi yang sama, Cultural Society and The Media, tulisan "Cultural Dependency and the Mass Media" oleh J.O. Boyd-Barrett dapat memberikan latar belakang yang relevan untuk pemikiran Stuart Hall tentang teori resensi. Dalam tulisan tersebut, fokus diberikan pada pengaruh media massa dari negara-negara kaya dan berkuasa terhadap negara-negara miskin, seperti di Amerika Latin. Hal ini mencerminkan ketidakseimbangan kekuasaan dan ekonomi antara negara-negara tersebut, serta masalah ketergantungan budaya yang terkait dengan dominasi media dari negara-negara yang lebih kuat (Boyd-Barrett, 1982).

Pengaruh media massa yang dijelaskan dalam tulisan tersebut dapat menjadi salah satu elemen yang memicu inspirasi Stuart Hall dalam mencetuskan teori resensi. Hall tertarik untuk memahami bagaimana pesan-pesan budaya yang

disampaikan melalui media massa, termasuk literatur, film, musik, dan lainnya, diinterpretasikan dan diterima oleh audiens dalam konteks budaya dan kekuasaan yang berbeda. Dalam pemikiran Hall, konsep encoding dan decoding menjadi penting untuk memahami bagaimana audiens berperan dalam memaknai pesan-pesan media.

Dia melihat audiens sebagai aktor aktif dalam proses komunikasi, bukan hanya sebagai penerima pasif pesan yang telah ditentukan oleh produsen media. Terinspirasi oleh gagasan semiotika Latin Amerika, Hall menyadari bahwa makna pesan tidaklah tetap dan baku, melainkan dinegosiasikan antara pengirim dan penerima pesan. Dengan demikian, pemikiran Hall tentang teori resepsi melibatkan pengakuan bahwa media massa bukan hanya alat untuk mencerminkan realitas, tetapi juga melibatkan proses encoding dan decoding yang kompleks di mana audiens memiliki peran aktif dalam menafsirkan pesan-pesan tersebut. Hal ini sesuai dengan konteks ketergantungan budaya yang dijelaskan dalam tulisan Boyd-Barrett, di mana media massa dapat menjadi saluran yang kuat dalam penyebaran budaya dan pandangan dunia dari negara-negara yang lebih kuat ke negara-negara yang lebih lemah.

Dalam mengembangkan teori resepsi, Stuart Hall menggabungkan pengaruh dari berbagai tradisi intelektual, termasuk semiotika, Marxisme, dan studi budaya Britania. Namun, pemikirannya juga terbentuk oleh kenyataan dan dinamika dalam hubungan budaya dan kekuasaan yang tercermin dalam konteks ketergantungan budaya yang diungkapkan dalam tulisan Boyd-Barrett. Bersinergi dengan pandangan Hall, para ahli studi kultural dan studi media tidak melihat media sebagai digdaya yang memiliki kuasa penuh dalam membentuk persepsi publik, namun bagi khalayak yang tidak mengetahui adanya agenda khusus tersebut, berkemungkinan besar masuk dan terjebak dalam ideologi dominan. Hall juga

mempertimbangkan tiga hal utama yang sangat berkaitan terhadap pembentukan makna serta penerimaan makna yang dialami khalayak. Tiga hal tersebut yakni:

1. *Frameworks of Knowledge*

Serangkaian pengetahuan dan wawasan yang bersifat hegemonik yang dimiliki oleh *encoder/decoder*. Hal lain yang berkaitan dengan *frameworks of knowledge* meliputi pengalaman hidup seseorang yang bersifat subjektif.

2. *Relation of Production*

Hubungan produksi dalam hal ini mengacu kepada proses keterlibatan tiap-tiap individu dalam pembentukan pesan. Hall menegaskan bahwa penting untuk mendorong perhatian kita terhadap bagaimana pesan dibentuk (dan dimaknai), sebagaimana yang telah dikodekan oleh produser, pembawa berita, penyunting, *camera person*, dan aktor lapangan lainnya yang membantu dalam pembentukan pesan.

3. *Technical Infrastructure*

Berhubungan dengan sarana produksi serta sumber daya yang digunakan dalam membentuk pesan. Hall dalam hal ini melihat bahwa sarana produksi yang terbatas, akan sangat mempengaruhi nilai yang dikodekan di dalam pesan. Sehingga kecenderungan audiens untuk menerima *preferred reading* dapat berpengaruh pula (Hall, 1973).

Proses pemaknaan utama yang dibentuk oleh *encoder* disebut Hall sebagai “struktur makna 1”, yakni pemaknaan yang disengajakan/dikodekan dalam rangka memenangkan wacana publik. Kemudian ketika pesan diterjemahkan dan dimaknai oleh audiens, kode dan bentuk fisik akan tetap sama, meski konotasi dan hasil pemaknaannya akan berbeda-beda kepada setiap orang karena sangat bergantung pada wawasan dan pengalaman subjektif seseorang (*framework of knowledge*). Pemaknaan oleh audiens tersebut oleh Hall disebut sebagai “struktur makna 2”.

Hall dalam ini menyadari adanya ketimpangan antara bagaimana *encoder* merangkai tanda dengan bagaimana *decoder* menafsirkannya, oleh karena itu teori resepsi mengakui bahwa sebuah pesan secara bersamaan, sangat mungkin dipahami dan disalahpahami (Hall, 1973).

1.6.2 Kesehatan mental dan Komunikasi Kesehatan

Kesehatan mental sangat dipengaruhi oleh aspek lingkungan sosio-kultural seseorang. Seperti apa yang ‘normal’ dalam suatu budaya, dapat dimaknai berbeda dalam budaya lain, begitu pun sebaliknya (Sias, 2006). Dalam melihat pengertiannya, Pieper dan Uden mendefinisikan kesehatan mental sebagai suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki pandangan yang realistik terhadap dirinya sendiri, menerima kekurangan dan kelebihan diri dengan segala permasalahan hidupnya, memiliki kepuasan atas kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya. Sejalan dengan pernyataan Pieper dan Uden, Notosoedirjo dan Latipun (2005) mengatakan bahwa terdapat banyak cara dalam mendefinisikan kesehatan mental (*mental hygiene*), antara lain dengan melihat ciri-ciri sebagai berikut:

- i. Tidak mengalami gangguan mental
- ii. Tidak jatuh akibat *stressor* (penyebab timbulnya stress)
- iii. Hidup sesuai dengan kapasitas diri dan selaras dengan lingkungan sosial
- iv. Tumbuh dan berkembang ke arah yang lebih baik

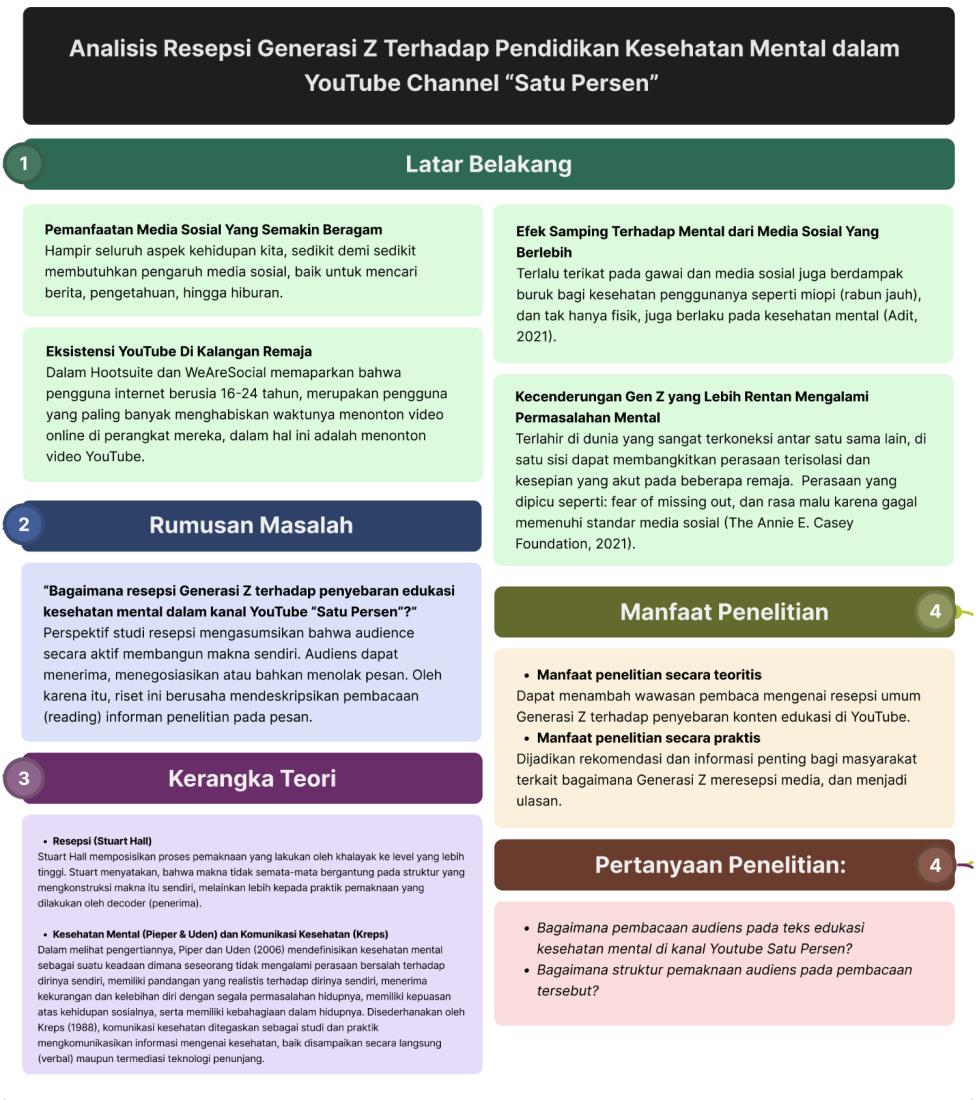
Disimpulkan dari ciri di atas bahwa , sehat mental semata-mata dapat berarti hidup selaras dengan segala keadaan yang dimiliki dan merasa cukup. Vaillant (dalam Notosoedirjo & Latipun, 2005) turut menambahkan bahwa kesehatan mental atau sehat secara psikologis adalah “*as a presence of successful adjustment*

on the absence of psychopathology". Dalam merangkum segala pengertian kesehatan mental yang dipaparkan tokoh di atas, disimpulkan bahwa kesehatan mental merupakan kesesuaian diri seseorang dengan lingkungannya serta tumbuh dan berkembang ke arah yang positif. Merasa cukup dalam hidup dan bertanggung jawab atas lingkungan/aturan sosial.

Dalam bidang komunikasi kesehatan, proses komunikasi dikonseptualisasikan sebagai "proses penengah" dalam penyediaan pelayanan kesehatan serta promosi kesehatan masyarakat. Proses penyuluhan dan promosi yang "ditengahi" oleh praktik komunikasi, didasari sebagai peranan *pervasive*, sehingga memudahkan proses menciptakan, mengumpulkan, dan berbagi segala informasi yang diperlukan terkait kesehatan (Kreps, 1988).

Disederhanakan dalam bentuk yang lebih konkret, oleh Kreps komunikasi kesehatan ditegaskan sebagai studi dan praktik mengkomunikasikan informasi mengenai kesehatan, baik disampaikan secara langsung (verbal) maupun termediasi teknologi penunjang. Ragam bentuknya meliputi promosi penyuluhan kesehatan, pendidikan kesehatan, hingga interaksi tenaga kesehatan dengan pasien. Peranan komunikasi di bidang kesehatan dianggap krusial oleh Kreps, sebab berperan penting bagi para profesional di bidang kesehatan karena berpengaruh langsung terhadap peningkatan tingkat *awareness* (peningkatan kesadaran), *interest* (pembangunan ketertarikan), hingga *decision-making* (pengambilan keputusan) yang dilakukan oleh masyarakat dalam rangka menunjang kesehatan, sehingga secara kolektif dapat menciptakan lingkungan bermasyarakat yang lebih sehat (Kreps, 1988).

1.7. Kerangka Penelitian



Gambar 1.2: Kerangka Penelitian

1.8. Metode

1.8.1. Paradigma Penelitian

Paradigma penelitian yang digunakan adalah paradigma kritis, karena

peneliti ingin mengetahui pemaknaan khalayak atas pesan yang terkonstruksi pada kanal YouTube Satu Persen. Paradigma konstruktivisme dipilih karena pandangan ini melihat realitas sebagai hasil konstruksi sosial, sehingga sejalan dengan arah penelitian yang melihat pemaknaan kelompok masyarakat Gen Z, sebagai pembentuk realitas.

1.8.2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif etnografi dengan pilihan tradisi studi resepsi khalayak. Creswell & Gutterman (2018) menerangkan bahwa penelitian etnografi merupakan salah satu metode meneliti dimana sang peneliti akan menyelidiki suatu kelompok kebudayaan di dalam masyarakat dalam periode tertentu dalam mengumpulkan data utama, data observasi, dan data *in-depth interview*. Etnografi dalam konteks tradisi resepsi khalayak, merujuk kepada proses pemaknaan khalayak terhadap teks yang dikonsumsi, dalam hal ini adalah proses pemaknaan Gen Z terhadap video edukasi kesehatan mental pada kanal YouTube Satu Persen.

1.8.3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah ada *in-depth interview*. Proses pengumpulan data akan dilakukan secara daring menggunakan media Zoom, maupun bertemu secara langsung. Berkaitan dengan arah penelitian, data yang akan diperoleh merupakan hasil pemaknaan yang diterima informan dalam meresepsi teks yang telah disediakan.

1.8.4. Informan Penelitian

Informan yang menjadi sumber data utama dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki pengalaman dalam mengonsumsi edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen. Alasan dipilihnya informan adalah karena berlatar belakang sebagai mahasiswa, karena masyarakat yang mengenyam

bangku pendidikan yang tinggi memiliki literasi kesehatan mental yang lebih baik.

1.8.5. Keabsahan Data

Dalam proses pengujian data, penelitian ini menggunakan triangulasi untuk mengecek keabsahan data. Sugiono (2008) menjelaskan bahwa ada dua jenis triangulasi dalam proses pengumpulan data. Yakni: triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik adalah teknik pengumpulan data dimana peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda untuk mendapatkan data yang sama. Berbagai teknik pengumpulan data yang digunakan dapat berupa observasi partisipan, *in-depth interview*, dan dokumentasi. Yang kedua, Triangulasi sumber adalah teknik pengumpulan data dimana peneliti menggunakan teknik yang sama untuk memperoleh data yang sama dari sumber yang berbeda (informan).

Teknik triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber, dimana peneliti akan menggunakan teknik *in-depth interview* untuk menggali data dari berbagai informan. Jika hasil data yang diberikan sama, namun informannya berbeda, data yang telah diterima peneliti tersebut telah memenuhi unsur keabsahan.

1.8.6. Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini akan dipecah menjadi empat tahap berikut:

1. Pengumpulan Data

Proses pertama dalam analisis data dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesainya pengumpulan data. Ketika selesai mengumpulkan data melalui *in-depth interview* dengan beberapa informan. Proses *in-depth interview* dengan beberapa informan dapat dilakukan beberapa kali (dengan informan berbeda atau pun sama) hingga sampai

temuan data dianggap telah mencukupi jawaban atas rumusan masalah serta telah menerima informasi-informasi yang kredibel.

2. Reduksi Data

Setelah berhasil mengumpulkan sekian banyaknya data, tahap selanjutnya adalah memilih dan memilah data mana yang relevan dengan tujuan penelitian melalui reduksi data. Reduksi data merupakan proses merangkum data yang telah diperoleh dengan memilih hal yang pokok, serta sesuai pada tema, dan pola tujuan penelitian. Dengan hal tersebut, data yang telah dirangkum akan memperjelas dan mempermudah peneliti, jika pengumpulan data selanjutnya diperlukan (Sugiono, 2008).

3. Penyajian Data

Tahap berikut adalah menyajikan data yang telah melalui proses reduksi dalam bentuk narasi seperti kalimat singkat, bagan, hubungan antar kategori serta ragam bentuk lainnya yang sesuai dengan kebutuhan penelitian. Sugiono (2008) menegaskan kembali dalam Miles dan Huberman (1984) mengenai penyajian data (display data) sebagai berikut: “*yang umum digunakan dalam penyajian data untuk data penelitian kualitatif di masa lalu merupakan teks naratif*”

4. Kesimpulan

Miles dan Huberman menjelaskan bahwa langkah ketiga dalam analisis data kualitatif merupakan menyelesaikan atau meninjau kembali hasil data. Kesimpulan awal yang disajikan masih tentatif dan dapat berubah jika bukti kuat untuk mendukungnya tidak ditemukan pada tahap selanjutnya. Namun, kesimpulan yang disajikan dapat dipercaya jika hasil yang ditemukan pada tahap awal konsisten, valid, dan didukung oleh bukti yang tervalidasi saat

peneliti kembali ke lapangan. Terkait apakah kesimpulan penelitian kualitatif dapat menjawab pertanyaan dari rumusan masalah atau tidak, bersifat tentatif tergantung daripada olahan data yang telah berhasil dikumpulkan.

BAB II

GAMBARAN UMUM

2.1. Objek Penelitian

Satu Persen, atau PT Satu Persen Edukasi (dikenal juga dengan nama Indonesian Life School), merupakan sebuah startup pendidikan yang berpusat di Jakarta. Fokus utama dari Satu Persen adalah mengajarkan ilmu pengetahuan dan kemampuan penting dalam hidup yang belum diajarkan di sekolah dan lingkungan masyarakat. Hingga Desember 2021, Satu Persen telah memberikan kontribusi dalam mengedukasi dan melayani masyarakat Indonesia dengan berbagai kegiatan, antara lain:

1. Webinar dan Kelas Online

Satu Persen telah mengadakan lebih dari 25 webinar dan kelas online. Melalui platform ini, mereka menyampaikan berbagai informasi dan pengetahuan kepada peserta mengenai beragam topik yang relevan.

2. Tim Mentor dan Psikolog

Satu Persen memiliki lebih dari 40 mentor dan psikolog yang siap membantu dalam mengatasi permasalahan mental dan perkembangan diri. Mereka memberikan dukungan dan panduan kepada individu yang membutuhkan.

3. Media Sosial

Satu Persen memiliki lebih dari 1 juta pengikut di berbagai kanal media sosial seperti Twitter, Instagram, dan YouTube. Melalui platform ini, mereka terus menyebarkan informasi dan edukasi kepada masyarakat luas.

4. Kampanye #HidupSeutuhnya

Satu Persen juga melibatkan lebih dari 10 ribu orang dalam kampanye edukasi #HidupSeutuhnya. Kampanye ini bertujuan untuk mengajak

masyarakat untuk menjalani hidup dengan lebih utuh dan menyadari potensi serta bakat yang dimiliki.

Kanal YouTube Satu Persen menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Kanal ini didirikan oleh Ifandi Khainur Rahim, sang Founder, pada Desember 2018. Ifandi, yang saat ini menjabat sebagai CEO, dan rekannya Rizky Andriawan sebagai Co-Founder dan CTO, memiliki beberapa nilai-nilai utama yang menjadi kompas Satu Persen, yaitu:

1. *Identity Aware*

Satu Persen percaya bahwa setiap orang harus mengenal dan memahami dirinya sendiri agar dapat mengoptimalkan potensi dan bakat yang dimilikinya serta menentukan perannya dalam masyarakat.

2. *Active Problem Solver*

Setiap orang harus mampu menangani dan mengatasi masalah baik secara individu maupun dalam lingkungan dengan cara yang aktif.

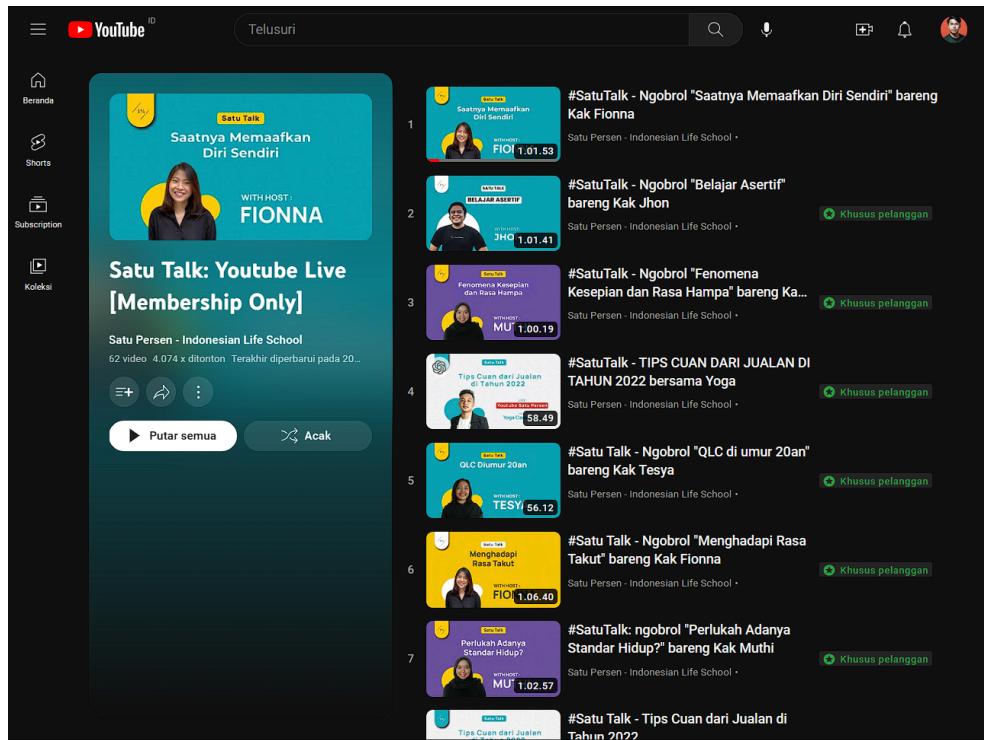
3. *Growth Mindset*

Setiap orang harus memiliki pola berpikir yang menekankan pada pertumbuhan dan memiliki keinginan untuk terus belajar sepanjang hidup.

Kanal YouTube Satu Persen telah terverifikasi sebagai kreator resmi YouTube pada Desember 2021. Saat ini, kanal ini memiliki lebih dari 1,84 juta pelanggan (subscriber) dan total penayangan video lebih dari 86.260.599 kali. Kanal ini menawarkan beberapa kategori video, di antaranya:

Pada kanal YouTube resmi Satu Persen ([Satu Persen - Indonesian Life School - YouTube](#)) yang menjadi objek utama dalam penelitian ini, pada Desember 2021, kini telah terverifikasi sebagai kreator resmi YouTube dan berhasil mengumpulkan lebih dari 1,84 juta subscriber, dengan total penayangan video lebih dari 86,260,599 kali (Social Blade, n.d.). Terdapat beberapa pilihan kategori video yang tersedia dalam kanal Satu Persen, antara lain:

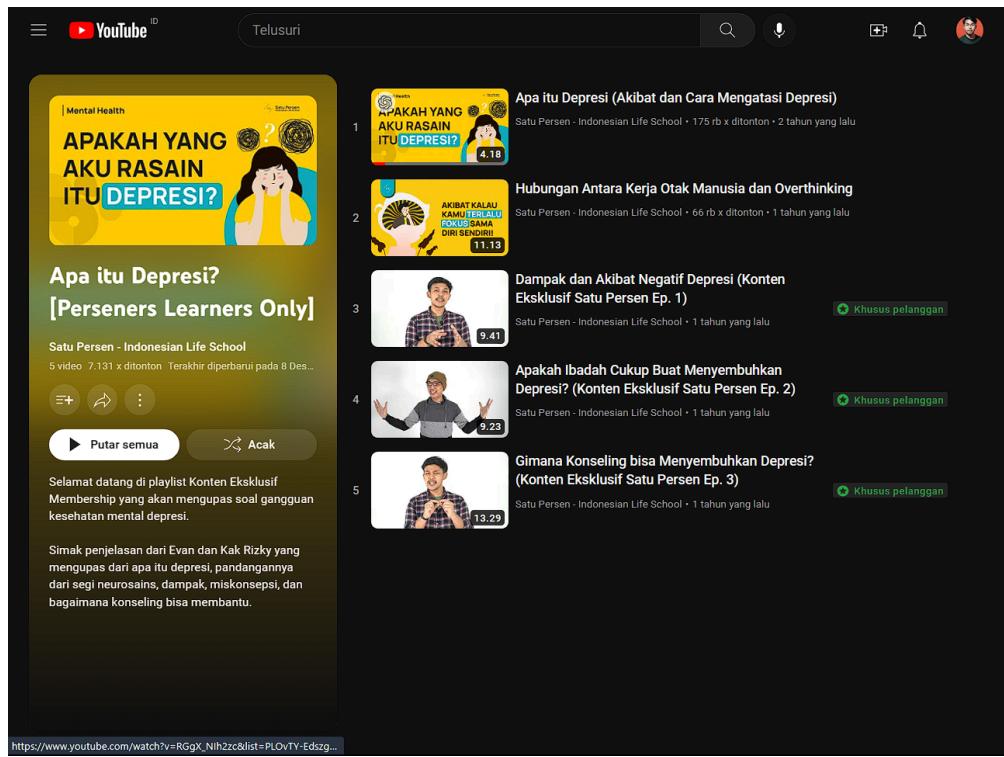
1. Satu Talk: YouTube Live



Gambar 2.1: Playlist “Satu Talk: YouTube Live”

Kategori ini secara khusus membahas topik depresi. Satu Persen menyajikan konten-konten yang mendalam dan spesifik tentang depresi, mulai dari definisi dan akibat depresi hingga cara mengatasi dan mengelola kondisi tersebut. Sebagian konten dalam kategori ini dapat diakses oleh semua penonton, sementara beberapa konten lainnya eksklusif untuk anggota membership kanal Satu Persen. Contoh tema bahasan yang diangkat antara lain seperti: “Menghadapi Rasa Takut”, “Perlukah Adanya Standar Hidup”, “Pentingnya Desain Kreatif di Media Sosial”, “Tips & Trik Perencanaan Tujuan Hidup” dan lainnya.

2. Apa itu Depresi?

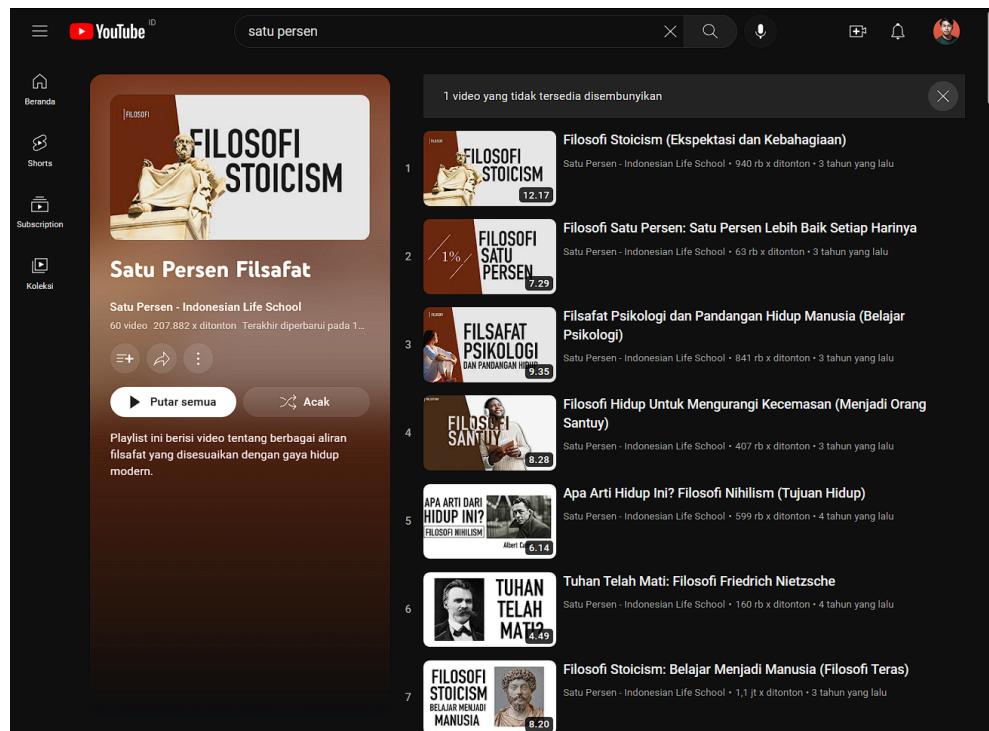


Gambar 2.2: Playlist “Apa itu Depresi?”

Kategori ini secara khusus membahas topik depresi. Satu Persen menyajikan konten-konten yang mendalam dan spesifik tentang depresi, mulai dari definisi dan akibat depresi hingga cara mengatasi dan mengelola kondisi tersebut. Sebagian konten dalam kategori ini dapat diakses oleh semua penonton, sementara beberapa konten lainnya eksklusif untuk anggota membership kanal Satu Persen. Contoh judul konten yang berada dalam kategori ini, antara lain: “Apa itu Depresi? (Akibat dan Cara Mengatasi Depresi)”, “Hubungan Antara Kerja Otak Manusia dan *Overthinking*” “Dampak dan Akibat Negatif Depresi (Konten Eksklusif Satu Persen Ep. 1)”, “Apakah Ibadah Cukup Buat Menyembuhkan Depresi? (Konten Eksklusif Satu Persen Ep. 1)”, “Gimana Konseling bisa Menyembuhkan Depresi? (Konten Eksklusif Satu Persen Ep. 3)” dan konten lainnya yang akan

menyusul.

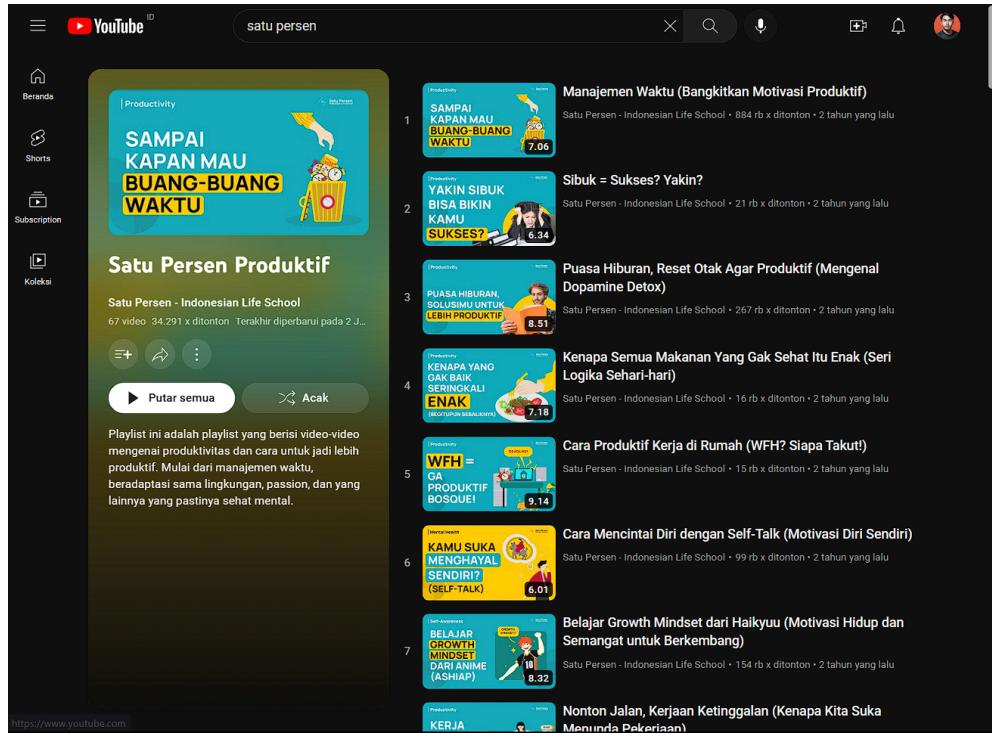
3. Aliran Filsafat



Gambar 2.3: Playlist “Satu Persen Filsafat”

Kategori ini memfokuskan pada topik-topik yang berhubungan dengan filsafat. Satu Persen mengulas berbagai aliran filsafat, memaparkan sejarah dan konsep dasarnya, serta menghubungkannya dengan kehidupan sehari-hari. Konten dalam kategori ini dapat dinikmati oleh semua penonton tanpa batasan. Konten yang disediakan dalam kategori ini bersifat inklusif dan terbuka untuk semua penonton. Contoh judul konten yang berada dalam kategori ini, antara lain: “Filosofi Stoicism (Ekspektasi dan Kebahagiaan)”, “Filosofi Satu Persen: Satu Persen Lebih Baik Setiap Hari”, “Tuhan Telah Mati: Filosofi Friedrich Nietzsche” dan ragam judul lainnya.

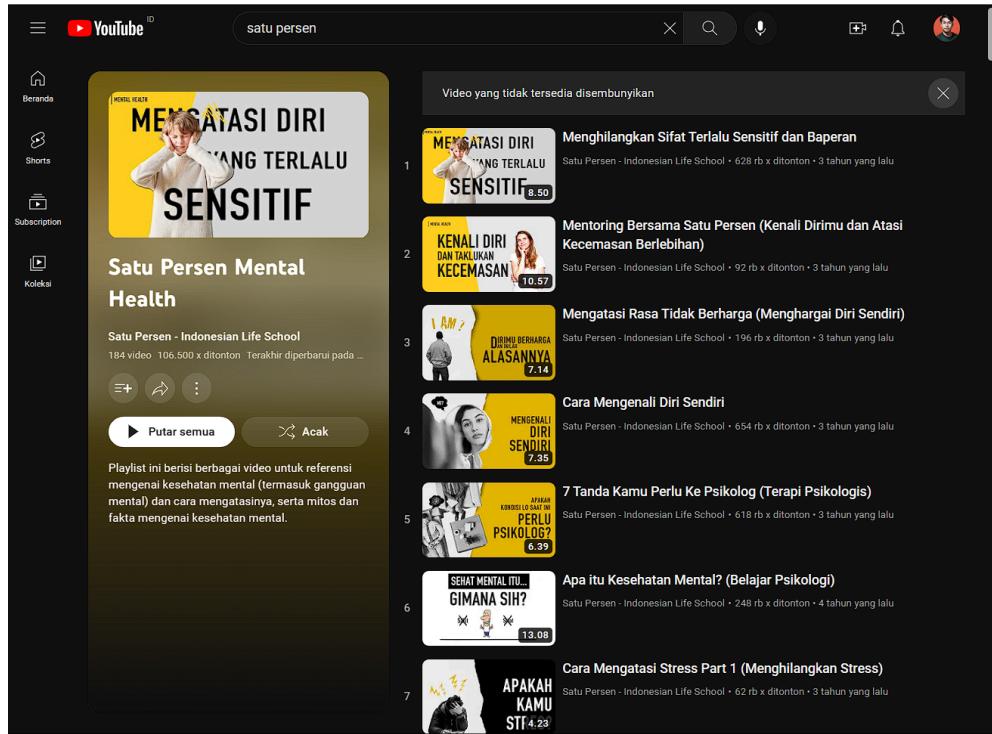
4. *Productivity*



Gambar 2.4: Playlist “Satu Persen Produktif”

Kategori ini berisi video-video yang membahas tentang produktivitas dan cara meningkatkan produktivitas dalam berbagai aspek kehidupan. Konten-konten dalam kategori ini mencakup topik seperti manajemen waktu, adaptasi dengan lingkungan, menemukan passion, dan lain sebagainya. Contoh judul konten yang berada dalam kategori ini, antara lain: “Manajemen Waktu (Bangkitkan Motivasi Produktif)”, “Sibuk = Sukses? Yakin?”, “Puasa Hiburan, Reset Otak Agar Produktif (Mengenal Dopamine Detox)”, “Cara Produktif Kerja di Rumah (WFH? Siapa Takut!)” dan ragam judul lainnya.

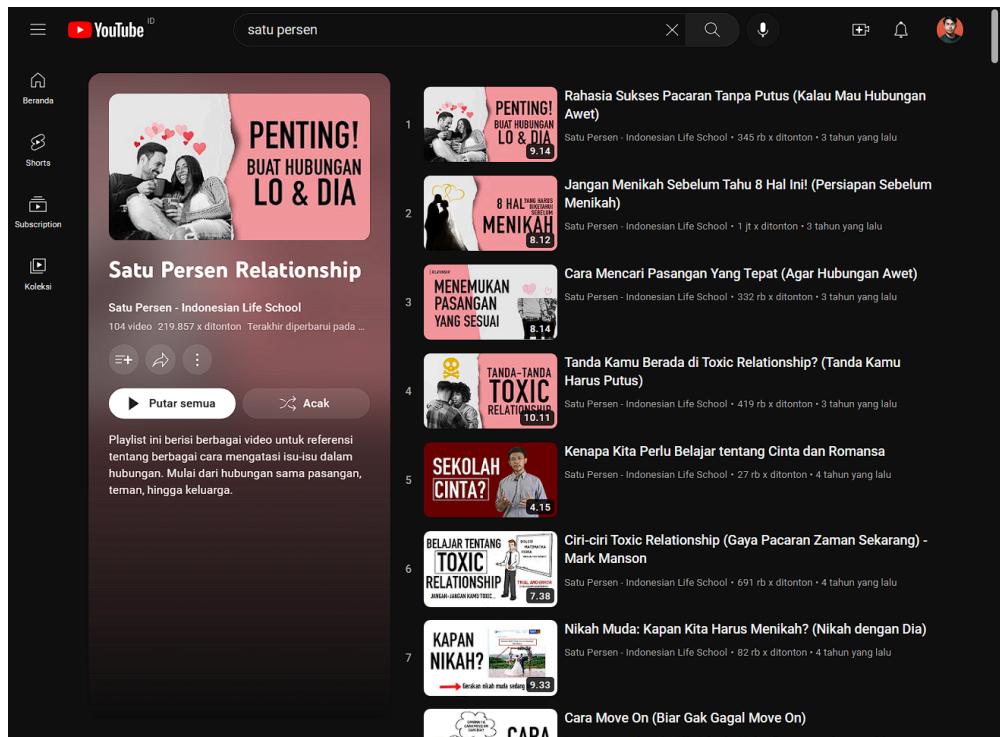
5. Kesehatan Mental



Gambar 2.5: Playlist “Satu Persen Mental Health”

Kategori ini difokuskan pada kesehatan mental dan membahas berbagai aspek terkait, termasuk jenis-jenis gangguan mental, cara mengatasi stres, manajemen emosi, dan lain-lain. Konten dalam kategori ini terbuka untuk semua penonton yang ingin mempelajari dan memahami kesehatan mental. Contoh judul konten yang berada dalam kategori ini, antara lain: “Bagaimana Cara Mengatasi Kecemasan Berlebihan?”, “Cara Mengelola Stres (Stress Management)”, “Kecanduan Main Gadget (Bahaya Gadget)”, “Mengatasi Trauma Pengalaman Buruk” dan ragam judul lainnya.

6. Hubungan Romantis



Gambar 2.6: Playlist “Satu Persen Relationship”

Kategori ini berisikan kumpulan video-video membahas tentang hal-hal romansa, seperti berbagai cara mengatasi isu-isu dalam hubungan. Cakupan hubungan yang dimaksud disini bermakna luas, mulai dari hubungan sama pasangan, teman, hingga keluarga. Konten yang disediakan dalam kategori ini bersifat inklusif dan terbuka untuk semua penonton. Contoh judul konten yang berada dalam kategori ini, antara lain: “Paradox Jatuh Cinta”, “Cara Move On (Biar Gak Gagal Move On)”, “Penyebab Selingkuh dan Solusinya (Selingkuh Salah Siapa?)”, “Cara Move On (Biar Gak Gagal Move On)”, “Tips LDR Tanpa Putus dan Bertahan Lama”, “Cara Menjadi Teman Curhat Yang Baik (Menanggapi Curhat Dengan Tepat)” dan ragam judul lainnya.

BAB III

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

3.1.Temuhan

Bab ini bertujuan untuk memaparkan serta membahas hasil dari wawancara dengan tiga informan mengenai resepsi Gen Z terhadap pendidikan kesehatan mental pada channel YouTube Satu Persen. Penelitian ini menemukan hasil yang cukup beragam dari ketiga informan, yang menunjukkan bahwa penerimaan dan pemaknaan informan terhadap sebuah pesan melalui media dipengaruhi oleh latar belakang dan pengalaman yang berbeda. Perbedaan dalam memahami pesan yang diterima tercermin dalam pemikiran yang berbeda antar individu, dan hal ini menegaskan bahwa informan memiliki pemikiran yang berbeda dalam memaknai pesan yang mereka terima. Pengumpulan data dilakukan pada Maret dan April 2023.

Nama	Asal Daerah	Pekerjaan
KR (22)	Ujung Kulon, Banten	Mahasiswa
YM (21)	Mataram, Nusa Tenggara Barat	Mahasiswa
ZA (20)	Karawang, Jawa Barat	Mahasiswa

Tabel 3.1: Identitas Informan

3.1.1. Pembacaan Audiens pada teks Youtube Satu Persen

Analisis faktor-faktor pendukung seperti latar belakang, pengalaman pribadi, dan posisi sosial khalayak, kita dapat memahami bagaimana khalayak memaknai pesan yang disampaikan dan bagaimana pesan tersebut memengaruhi pandangan dan tindakan khalayak. Meski penelitian ini tak mengambil data langsung melalui wawancara dengan

Satu Persen untuk menjabarkan *preferred meaning* yang mereka sematkan, pendefinisian kesehatan mental yang mereka akui cukup jelas tertera pada video yang berjudul “Apa itu Kesehatan Mental?”.

Dalam video tersebut, Satu Persen menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan spektrum dan bukan kondisi biner. Mereka menjelaskan bahwa kesehatan mental tidak hanya sebatas ketiadaan penyakit mental, tetapi juga melibatkan aspek positif seperti kesejahteraan emosional, kemampuan untuk mengatasi stres, membangun hubungan yang sehat, dan mencapai potensi individu. Satu Persen menekankan pentingnya menjaga keseimbangan dan kualitas hidup psikologis yang baik, serta mengembangkan kemampuan untuk beradaptasi dengan tantangan dan mengatasi kesulitan.

Satu Persen juga memaknai kesehatan mental sebagai proses yang dinamis. Mereka menganggap kesehatan mental sebagai perjalanan individu yang melibatkan pertumbuhan, pembelajaran, dan transformasi diri. Mereka menekankan pentingnya kesadaran diri, refleksi, dan upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kesehatan mental. Selain itu, Satu Persen menyoroti pentingnya pendekatan yang holistik dalam memahami kesehatan mental. Mereka mengakui bahwa faktor-faktor seperti gaya hidup, pola pikir, lingkungan sosial, dan dukungan sosial dapat berpengaruh pada kesehatan mental seseorang. Dalam video tersebut, Satu Persen memberikan saran tentang cara menjaga kesehatan mental melalui pendekatan yang mencakup aspek-aspek tersebut.

Pemaknaan kesehatan mental tersebut, yang akan menjadi acuan *preferred meaning* dilakukan Satu Persen. Dari hasil pengumpulan data yang dilakukan dengan ketiga informan, posisi pemaknaan ketiga informan dapat disimpulkan sebagai berikut:

Posisi terhadap Pesan Edukasi Kesehatan Mental pada Kanal Satu Persen	Nama Informan
Dominant-Hegemonic Position Khalayak menyetujui serta mengakui konstruksi kesehatan mental yang disematkan Satu Persen, tanpa ada yang dipertanyakan ataupun ditentang. Dalam posisi ini, hasil diskursus menunjukkan bahwa khalayak memiliki preposis latar belakang dan kerangka pengetahuan yang sejalan dengan konstruksi yang disematkan.	<ul style="list-style-type: none"> - KR (22) - YM (21)
Negotiated Position Khalayak menunjukkan penerimaan beragam terhadap pemaknaan kesehatan mental oleh Satu Persen. Dalam posisi ini, khalayak secara aktif mengevaluasi konstruksi kesehatan mental yang dibentuk Satu Persen dan memilih bagian yang relevan, dan menolak yang tidak. Hal ini menunjukkan bahwa khalayak terlibat dalam negosiasi makna dalam teks melalui kanal Satu Persen.	<ul style="list-style-type: none"> - ZA (20)
Oppositional Position Khalayak memperoleh posisi yang menolak konstruksi kesehatan mental yang dibentuk oleh Satu Persen, dan mereka membentuk makna alternatif yang berseberangan dengan dominasi media tersebut. Posisi ini mengindikasikan adanya perlawanan dan resistensi terhadap pemaknaan kesehatan mental yang dikonstruksi oleh kanal Satu Persen.	

Tabel 3.2: Posisi Pembacaan Informan

Stuart Hall adalah seorang ahli teori kajian budaya yang mengemukakan bahwa setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam memaknai teks media, yang dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman, ideologi, dan pemikiran yang dimilikinya. Pendekatan analisis resensi yang dikemukakannya menitikberatkan pada produksi, makna, dan pengalaman khalayak yang disebut sebagai *encoding* dan *decoding* (Hall, 1973).

Dari ketiga wawancara yang dilakukan bersama ketiga narasumber, dapat disimpulkan bahwa ketiganya memiliki pandangan yang cenderung selaras dengan *preferred reading*. Meskipun KR mengatakan bahwa ia jarang menonton kanal tersebut, ia tetap menganggapnya sebagai sumber informasi yang berguna dan berkualitas tinggi. Sedangkan ZA dan YM yang awalnya tidak familiar dengan kanal tersebut, merasa bahwa informasi yang disampaikan dalam video-video Satu Persen berguna dan kredibel. Sebagaimana yang seperti dijelaskan:

“... Menurut saya kanal Satu Persen ini dapat dibilang menjadi sumber informasi gitu ya karena dari bagaimana mereka menjelaskan dan menggarap materinya itu menurutku relate.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Iya, itu menurut aku berguna bagi aku karena dengan menonton di channel youtube Satu Persen itu aku mendapat informasi baru terkait kesehatan mental.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Menurut saya iya. Menurut saya itu berguna karena dia itu memberikan edukasi ya seputar permasalahan kesehatan mental, sekaligus memberikan solusi dari permasalahan tentang kesehatan mental..”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Ketiganya juga menghargai cara menyampaikan informasi dalam video Satu Persen, yaitu menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan metode penyampaian yang menarik, seperti animasi dan grafis. Dalam video-video Satu Persen, kompleksitas topik kesehatan mental diurai dengan cara yang sederhana dan dapat diikuti oleh siapapun, tanpa harus memiliki pengetahuan yang mendalam tentang psikologi.

KR, ZA, dan YM setuju bahwa gaya penyampaian yang santai dan akrab yang digunakan oleh pembawa acara di kanal Satu Persen membuat mereka merasa lebih terhubung dengan konten yang disampaikan. Hal ini membuat proses belajar tentang kesehatan mental menjadi lebih menyenangkan dan tidak terasa seperti tugas yang membosankan. Mereka merasa bahwa cara penyampaian yang demikian membuat topik yang sering kali dianggap rumit atau sulit dipahami menjadi lebih mudah diakses dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, ketiganya juga merasa bahwa konten yang disajikan di Satu Persen sangat informatif dan terperinci. KR dan ZA mengungkapkan bahwa mereka sering menemukan ide atau tips baru yang dapat mereka terapkan langsung dalam kehidupan sehari-hari mereka. Misalnya, mereka telah belajar teknik relaksasi dan latihan pernapasan yang membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan. Mereka juga mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya memelihara kesehatan mental dan mengakui tanda-tanda awal ketidakseimbangan emosional.

YM, dengan pengalamannya yang lebih terfokus pada kecemasan sosial dan depresi, merasa bahwa topik yang dibahas dalam video-videonya sangat sesuai dengan hal yang dialaminya. Dia telah menemukan solusi praktis untuk mengatasi kecemasan sosial, membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan mengelola perasaan sedih yang sering kali muncul. YM merasa bahwa konten Satu Persen memberikan panduan konkret dan memberdayakan untuk mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapinya.

“... Saya bisa dibilang percaya akan Informasi yang mereka berikan, karena melihat dari channel YouTube nya dari segi subscriber dan bagaimana cara mereka mengemas semua video dan channel mereka secara profesional, dan disitu saya yakin bahwa informasi yang mereka berikan, dan mereka dapatkan, yang mereka riset, itu terpercaya.

... Narasumbernya ini yang berbicara dia santai dan non formal lah gitu, maksudnya kayak pake "aku kamu" dan cara dia ngomongnya itu tidak kaku dan bahkan kayak ngobrol gitu. Jadi kita di saat menonton itu seperti orang ini mengobrol lah gitu dengan kita, gak ngebosennin.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Saya percaya terhadap informasi yang diberikan di channel youtube Satu Persen itu. Berbobot karena ini terkait kesehatan mental, dan terkait kesehatan kita sehari-hari juga gitu. ... Metode penyampaiannya mudah dipahami, mudah dimengerti bahasanya juga enak untuk dimengerti. ... Penggunaan katanya, intonasi dan cara penyampaian. Penyampaiannya enak gitu”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Cukup informatif ya, karena ada animasi ataupun grafis yang membantu video tersebut lebih cepat kita pahami. Dan juga mereka menggunakan bahasa yang komunikatif sehingga mudah dipahami, mudah dimengerti.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Sementara KR dan YM tertarik untuk terus menonton edukasi kesehatan mental

pada kanal YouTube Satu Persen, mereka merasa bahwa konten tersebut sangat relevan dengan kehidupan mereka saat ini. Setiap video yang mereka tonton memberikan wawasan baru dan bermanfaat tentang bagaimana mengelola stres, meningkatkan kesejahteraan mental, dan mengatasi tantangan emosional yang mungkin mereka hadapi.

KR menemukan bahwa topik-topik yang dibahas di kanal Satu Persen sangat relevan dengan pekerjaannya yang menuntut tingkat stres yang tinggi. Dia telah belajar strategi untuk menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta mengatasi tekanan yang muncul dari tuntutan karier yang sering kali mengintensifkan masalah kesehatan mental. YM, di sisi lain, menemukan banyak manfaat dalam video-video yang membahas tentang kecemasan sosial dan depresi. Dia menghadapi tantangan dalam berinteraksi dengan orang lain dan merasa terbebani oleh tekanan sosial. Namun, melalui kanal Satu Persen, YM telah menemukan strategi untuk meningkatkan kepercayaan diri, menghadapi kecemasan, dan mengelola gejala depresi yang muncul dari waktu ke waktu.

Meskipun ZA merasa bahwa beberapa topik yang dibahas di kanal Satu Persen tidak secara langsung relevan dengan kehidupannya saat ini, dia tetap mengapresiasi informasi yang disampaikan. ZA menyadari bahwa masalah kesehatan mental bisa mempengaruhi siapa saja, dan dia ingin terus belajar tentang berbagai aspek tersebut. Terlebih lagi, ZA melihat potensi dalam membagikan konten tersebut kepada teman atau kerabatnya yang mungkin membutuhkan pemahaman lebih tentang kesehatan mental. Selain itu, YM dan KR juga menyatakan bahwa dibandingkan dengan sumber informasi lain yang mengangkat topik serupa, isi informasi yang disajikan di kanal Satu Persen dianggap lebih rinci dan mendalam dalam pembahasannya. Mereka seringkali secara tidak sengaja menemukan informasi kesehatan mental dalam artikel publikasi atau unggahan media sosial seperti Twitter dan Instagram. Namun, setelah menemukan kanal Satu Persen, mereka menganggapnya sebagai sumber utama karena kontennya lebih terperinci dan terstruktur.

Di sisi lain, ZA menyadari bahwa dia tidak memiliki sumber informasi pembanding yang spesifik terkait edukasi kesehatan mental selain kanal Satu Persen. Baginya, kanal tersebut telah menjadi panduan yang berharga dalam memahami dan mengatasi berbagai aspek kesehatan mental. Ketiganya sepakat bahwa edukasi kesehatan mental yang mereka dapatkan dari kanal Satu Persen telah memberikan manfaat yang besar bagi kehidupan mereka. Mereka berharap dapat terus mempelajari topik-topik baru dan berbagi pengetahuan tersebut kepada orang-orang terdekat untuk meningkatkan kesadaran dan pentingnya menjaga kesehatan mental.

“... Jujur saja bisa dibilang kurang ya. Karena beberapa topik yang dibahas di dalam channel Satu Persen ini bisa terbilang sedikit yang relate dengan kehidupan saya. ... Bisa dibilang tertarik (untuk membagikan konten) karena bagi saya ilmu yang saya dapatkan di dalam kanal YouTube tersebut ya dapat diberikan ke teman saya sebagai ya ilmu tambahan lah. ”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Aku tertarik untuk men-share apa yang aku tonton. Soalnya menurut aku tadi karena berbobot karena bagus juga untuk kesehatan mental ya, aku tertarik untuk membagikan ini ke teman-teman aku. ... Kalau di sumber informasi lain mungkin aku dapatnya di Instagram atau di Twitter, mungkin hanya kurang lengkap, penjelasannya kurang terperinci gitu.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Iya, kalau aku sih kayaknya tertarik banget ya (untuk terus menonton), karena banyak permasalahan yang mereka angkat itu cukup relate dengan kehidupan sehari-hari. Sepertinya iya, karena

kalau misalnya kita ngobrol sama temen itu kayak banyak masalah yang mungkin relate sama mereka juga gitu loh, karena masalah aku sama dia sama, jadi mungkin aku bisa bagikan konten itu, jadi bisa menyelesaikan masalah yang sama kita hadapi.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Ketika ditanya mengenai kenyamanan dalam membicarakan kesehatan mental kepada orang lain, ketiga informan memiliki pendekatan yang berbeda tergantung pada konteksnya. Mereka semua merasa nyaman untuk berbicara tentang hal-hal umum seputar kesehatan mental, terutama jika melibatkan informasi yang bersifat edukatif dan dapat memberikan manfaat bagi orang lain. ZA melihat kesempatan untuk saling bertukar ilmu sebagai hal yang positif. Baginya, berbagi informasi dan pengalaman mengenai kesehatan mental dapat menjadi wadah untuk belajar dari orang lain dan memperluas pemahaman tentang topik tersebut. Dia merasa nyaman untuk membahas topik kesehatan mental secara umum dengan orang lain.

Namun, ketika masuk ke ranah permasalahan personal, pendekatan mereka berbeda. YM mengungkapkan bahwa dia hanya merasa nyaman untuk berbagi masalah pribadinya dengan teman dekat. Dia menganggap teman dekat sebagai orang yang dapat dia percayai sepenuhnya dan mendengarkan dengan empati. Bagi YM, membagikan masalah pribadi kepada teman dekat memberikan rasa dukungan dan pemahaman yang lebih dalam. Di sisi lain, ZA memiliki pendekatan yang lebih hati-hati dalam membagikan masalah personalnya. Baginya, masalah-masalah pribadi adalah bagian dari privasi yang ingin ia lindungi. Dia mungkin merasa lebih nyaman menjaga masalah-masalah tersebut dalam lingkup kehidupan pribadinya, terutama jika mereka berkaitan dengan aspek sensitif dari kesehatan mentalnya. Bagi ZA, penting untuk menjaga batasan dan memilih dengan bijak kepada siapa dan kapan dia akan membuka diri.

Ketiga informan tetap mengakui pentingnya berbicara tentang kesehatan mental dan memperjuangkan upaya pengurangan stigma terkait dengan topik tersebut. Mereka memahami bahwa membuka diri dan berbagi pengalaman dapat mempromosikan pemahaman dan dukungan yang lebih luas dalam masyarakat. Namun, setiap individu memiliki hak untuk menentukan sejauh mana mereka ingin membagikan masalah personal mereka, dan itu adalah keputusan pribadi yang harus dihormati.

Dalam hal edukasi dan informasi umum tentang kesehatan mental, ketiganya tetap terbuka untuk berpartisipasi dalam pembicaraan dan pertukaran pengetahuan. Mereka menyadari bahwa semakin banyak orang yang berbicara tentang kesehatan mental, semakin besar kesadaran dan pemahaman yang akan terbentuk dalam masyarakat. Oleh karena itu, mereka berkomitmen untuk terus mendukung dan menyebarkan informasi tentang kesehatan mental kepada teman-teman dan keluarga mereka, serta secara aktif mendukung upaya dalam mengurangi stigma yang terkait dengan topik tersebut.

“... Menurut saya itu referensi masing-masing ya, tapi kalau saya sendiri itu bagi saya hal itu privasi ya tidak semua orang bisa atau perlu tau akan hal tersebut. ... (Jika dibicarakan secara umum) menurutku itu fine-fine aja karena mungkin itu juga bisa jadi ajang pertukaran ilmu lah gitu ya, kalau misalnya kita obrolin gitu.

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Ya saya lebih terbuka berbicara mengenai kesehatan mental, karena itu bukan hal yang memalukan atau hal yang apa ya, disembunyikan. Itu wajar untuk dibicarakan.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Kalau aku sendiri mungkin nyaman sama terbuka itu tergantung sama siapa aku bicara ya. Mungkin sama orang yang lebih dekat

*atau sama orang yang cukup aku kenal itu mungkin lebih terbuka.
Kalau untuk kayak random aja bicara yang bicara kayak gitu atau
untuk orang baru kenal kayaknya enggak.”*

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Setelah menyelesaikan sesi menonton edukasi kesehatan mental, KR dan YM menyatakan persetujuan mereka dengan *preferred meaning*. Mereka menganggap bahwa memperoleh wawasan baru tentang gangguan mental, strategi pengelolaan stres, dan pentingnya menjaga keseimbangan emosional. Diskusi yang dipandu oleh narator dalam video tersebut telah memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas dan kerentanan kesehatan mental seseorang, dan informan KR dan YM menyetujui pesan yang disampaikan.

Dengan hasil diskursus yang menunjukkan kecenderungan untuk selaras pada *preferred meaning*, KR dan YM merasa lebih berempati terhadap individu yang mungkin menghadapi masalah kesehatan mental, dan mereka merasa lebih siap untuk memberikan dukungan yang dibutuhkan. Di sisi lain, ZA merasa bahwa ia tidak mengalami peningkatan pemahaman khusus tentang kesehatan mental setelah menonton video tersebut. Namun bagi ZA, pengalaman menonton itu berperan dalam memvalidasi informasi yang telah diketahui sebelumnya. ZA merasa bahwa video edukasi tersebut menyampaikan pesan yang sama dengan apa yang ia telah baca dan pelajari sebelumnya, sehingga memberikan keyakinan dan kepercayaan diri dalam pengetahuannya tentang kesehatan mental.

Bagi ZA, pengalaman menonton edukasi kesehatan mental tersebut juga merupakan kesempatan untuk memperkuat pengetahuannya dan memperbarui informasi terbaru tentang topik tersebut. ZA mengakui bahwa ada beberapa aspek yang lebih mendalam dan kompleks dalam video yang mungkin tidak disadari sebelumnya, dan ini membuatnya semakin tertarik untuk mengeksplorasi lebih lanjut. Meskipun pengalaman dan persepsi

mereka berbeda, KR, YM, dan ZA memiliki kecenderungan untuk menyepakati struktur pemaknaan yang dibentuk produsen pesan, bahwa menonton edukasi kesehatan mental itu merupakan langkah positif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Mereka berkomitmen untuk terus memperdalam pengetahuan mereka dan berbagi informasi tersebut dengan orang-orang di sekitar mereka, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang lebih peduli dan mendukung dalam hal kesehatan mental.

“... Menurut saya itu lebih ke apa ya kayak lebih ke memastikan lagi gitu.”

“Lebih ke crosscheck ya?” tanya peneliti.

“Iya”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Ya betul, ada peningkatan pemahaman aku, ada peningkatan wawasan.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Iya, ada peningkatan pemahaman dari yang awalnya cuma aku anggap sebagai kegelisahan atau kekurangan dari aku sendiri, kayak semenjak nonton video itu jadi kayak lebih ke memahami situasi apa yang harus aku lakukan, atau bagaimana cara aku menghadapi situasi itu, jadi kayak nggak mikir lagi kalau itu merupakan sebuah kekurangan.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Teori *encoding/decoding* yang dikemukakan oleh Stuart Hall pada tahun 1973 telah banyak digunakan dalam kajian komunikasi untuk memahami bagaimana pesan disampaikan dan diterima oleh khalayak. Proses *encoding* dan *decoding* merupakan dua

tahap yang berbeda namun saling terkait dalam konteks produksi dan pemaknaan pesan. Pada tahap *encoding*, produsen pesan harus memahami karakteristik target audiens dan memilih teknik penyampaian pesan yang paling sesuai untuk mencapai tujuan komunikasi yang diinginkan. Pesan yang disampaikan juga harus memiliki makna yang jelas sehingga dapat dimaknai atau diuraikan dengan mudah oleh khalayak dalam tahap *decoding*.

Dalam penelitian ini, *encoding* mengacu pada kanal YouTube Satu Persen yang memproduksi pesan dominan (*meaning structure 1*) yang ditujukan untuk meyakinkan audiens tentang pentingnya menjaga kesehatan mental melalui video. Pesan tersebut disampaikan melalui teks verbal dan nonverbal dalam bentuk video. Teknik-teknik penyampaian pesan yang digunakan oleh kanal YouTube Satu Persen di antaranya penggunaan gambar, musik, dan narasi untuk membangun naratif yang menyentuh perasaan audiens dan meningkatkan daya tarik video tersebut, dan termasuk dalam hal menyampaikan informasi dan pengetahuan dengan bahasa yang mudah dipahami.

Mengenai proses *decoding*, hal tersebut mengacu kepada audiens yang mengonsumsi teks tersebut. Mengacu pada ketiga temuan data oleh informan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketiganya sepakat bahwa kanal YouTube Satu Persen adalah sumber informasi yang kredibel, berkualitas tinggi, dan informatif mengenai kesehatan mental. Mereka juga menghargai cara penyampaian informasi yang mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa Satu Persen dapat menjadi sumber informasi yang berguna bagi orang-orang yang ingin mempelajari lebih lanjut mengenai kesehatan mental. Penting untuk diakui bahwa terkadang terdapat perbedaan antara struktur makna 1 dan struktur makna 2 (pemaknaan oleh khalayak) pada suatu pesan, sehingga dapat menimbulkan kesalahpahaman dalam pertukaran pesan antara pembuat pesan dan khalayak sebagai penerima pesan. Hal ini terjadi karena setiap individu memiliki latar belakang budaya, pengalaman, ideologi, dan pemikiran yang berbeda-beda sehingga dapat mempengaruhi cara pemaknaan terhadap

suatu pesan (Hall, 1973). Analisis menggunakan teori resepsi akan mempertimbangkan bagaimana informan yang menerima teks tersebut-memaknai pesan dan bagaimana posisi pemaknaan mereka terkait dengan pesan yang diterima.

Selain KR dan YM, informan lainnya yang ikut dianalisis adalah ZA. Berbeda dengan KR dan YM, ZA memiliki pandangan yang sedikit berbeda terhadap pesan yang diterima. Meskipun ZA juga mengakui kegunaan informasi yang diberikan, pemilihan topik yang relevan, dan kredibilitas sumber yang dianggap terpercaya, ZA tidak sepenuhnya setuju dengan pesan yang disampaikan dan memiliki pandangan yang lebih kritis. Dalam kategori "*negotiated position*" ZA mengungkapkan keraguan terhadap beberapa aspek pesan yang diterima. Meskipun mengakui manfaat informasi dan penyampaian yang mudah diterima, ZA merasa bahwa terdapat sudut pandang alternatif yang perlu dipertimbangkan. ZA juga mengevaluasi kredibilitas sumber dengan lebih hati-hati dan tidak menganggapnya secara langsung sebagai kebenaran mutlak.

Meskipun ZA memiliki pandangan yang lebih kritis, ZA masih menunjukkan minat dalam berbagi konten dengan orang lain dan kemungkinan melanjutkan menonton konten dari kanal Satu Persen di masa mendatang. Namun, sikap kritis ZA menunjukkan adanya ruang untuk dialog dan diskusi lebih lanjut tentang pesan yang disampaikan. Secara keseluruhan, analisis terhadap tiga informan, yaitu KR, YM, dan ZA, mengungkapkan adanya variasi dalam pemaknaan pesan yang diterima. KR dan YM cenderung berada dalam posisi "*dominant-hegemonic*" dengan setuju dan meyakini pesan yang disampaikan sebagai kebenaran. Sementara itu, ZA mewakili posisi "*negotiated*," dengan keraguan dan pandangan yang lebih kritis terhadap pesan tersebut.

3.1.2. Struktur Pemaknaan Audiens pada Pembacaan

1. Infrastruktur Teknis

Infrastruktur teknis dapat mempengaruhi proses decoding karena media massa memiliki karakteristik khusus yang berbeda-beda tergantung pada jenis media dan teknologi yang digunakan. Infrastruktur teknis seperti kualitas audio, video, dan koneksi internet dapat mempengaruhi proses decoding khalayak ketika meresepsi video edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen. Kualitas audio dan video yang buruk dapat membuat khalayak kesulitan dalam memahami pesan yang ingin disampaikan oleh produsen pesan. Sementara itu, koneksi internet yang buruk dapat menyebabkan video yang diputar menjadi terputus-putus atau *buffering*, sehingga mengganggu proses pemaknaan pesan. Selain itu, faktor teknis lain seperti ukuran layar dan pencahayaan juga dapat mempengaruhi proses pemaknaan pesan. Ukuran layar yang kecil atau kurang pencahayaan yang memadai dapat membuat khalayak kesulitan dalam melihat detail pada video, sehingga menyulitkan proses pemahaman dan pemaknaan pesan yang disampaikan oleh produsen pesan. Subbab ini berisikan temuan yang membahas tentang infrastruktur teknis yang digunakan informan ketika mengonsumsi YouTube.

Dalam wawancaranya, YM menyatakan bahwa ia lebih nyaman menonton YouTube melalui laptop karena tampilan yang lebih detail. Namun, saat sedang mengisi waktu luang, YM lebih sering menonton melalui handphone. Kendala teknis yang sering dialami YM adalah terkait dengan koneksi internet yang sering terputus. YM juga lebih suka membagikan dan menggunakan fitur subscribe daripada berkomentar pada video yang ditonton.

“... Mungkin nyaman atau nggaknya itu ini ya tergantung dari kualitas video kali ya. Kalau lewat laptop kan mungkin kualitasnya kayak lebih detail gitu kan. Kita bisa lihat lebih detail. Terus kalau dari handphone mungkin terkesannya kayak lebih kecil gitu enggak sih? ... kendala teknis itu kayaknya dari internet ya. Kan biasanya kalau misalnya internetnya gak oke, jadinya videonya itu kayak (muncul) ‘kesalahan dalam memutar’ gitu loh. Mungkin kendalanya dari itu aja sih. Dari koneksi internetnya.

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

“... (Fitur subscribe) Dipake, iya iya dipake. Tapi komentar jarang ya, nge. Like aja.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Sementara itu, ZA merasa lebih nyaman menggunakan YouTube melalui perangkat ponsel karena menurutnya platform ini lebih fleksibel dan mudah diakses di mana saja. Kelebihan utama yang ia temukan saat menggunakan YouTube di ponsel adalah kemampuannya untuk mengakses berbagai konten video dengan cepat dan praktis, serta kemudahan dalam berinteraksi dengan fitur-fitur seperti like dan subscribe.

Namun demikian, ZA juga mengakui bahwa ketika menggunakan YouTube melalui laptop, tampilan antarmuka yang lebih besar memberikan pengalaman yang lebih lengkap dan nyaman. Dengan layar yang lebih besar, ia merasa dapat menikmati detail-detail video dengan lebih baik, serta memiliki kontrol yang lebih baik dalam menjelajahi dan menavigasi fitur-fitur YouTube.

Meskipun ZA aktif menggunakan fitur like dan subscribe di YouTube, ia tidak terlalu aktif dalam memberikan komentar pada konten yang ditontonnya. Baginya, pengalaman menonton dan menikmati video lebih penting daripada terlibat dalam percakapan dan diskusi di kolom komentar. Namun, ia tetap menghargai kebebasan berekspresi dan keberagaman pendapat yang dihadirkan oleh komunitas YouTube.

Sebagai pengguna yang aktif, ZA memiliki beberapa kanal yang menjadi langganannya. Dia sangat menggemari kanal-kanal yang menawarkan hiburan dan konten inspiratif seperti Mr. Beast, yang sering menghadirkan konten-konten unik dan menarik dalam upayanya untuk menghibur dan membantu orang lain. Selain itu, ZA juga menyukai kanal Rio Purba yang memberikan konten-konten informatif dan menginspirasi.

Ketika diminta untuk memberikan masukan terkait platform YouTube, ZA dengan senang hati merekomendasikan pengembangan fitur YouTube Kids yang terintegrasi dalam satu aplikasi yang sama. Menurutnya, ini akan mempermudah akses bagi anak-anak untuk menemukan konten yang sesuai dengan usia dan minat mereka, sambil tetap berada dalam lingkungan yang aman dan terkendali. Dengan adanya fitur YouTube Kids yang terpisah namun terhubung secara langsung dengan platform utama, para orang tua dan pengawas dapat dengan mudah mengontrol dan memantau konten yang diakses oleh anak-anak, sehingga menjaga keamanan dan kualitas pengalaman mereka di YouTube.

“... Di PC itu biasanya dia lebih lengkap dan lebih luar bahkan lebih lebar gitu jadi lebih enak di pc sih interface nya.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Kalau di HP itu layarnya lebih kecil ya jadi ya mungkin untuk nonton konten-konten ringan gitu, atau misalkan saya mau multitasking juga gitu kan satu laptop, satu hp, ya enak-enak aja sih gitu. Kalau misalkan pc lebih di saat kita lagi nyantai atau lagi pengen mencari hiburan kita bisa menggunakan pc lah gitu.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Kayak Mr. Beast gitu kan, terus Rio Purba kadang kalau misalkan memang mau mencari tutorial gitu kan.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

KR menjawab bahwa ia tidak memiliki preferensi khusus dalam penggunaan YouTube melalui laptop atau handphone, namun lebih sering menggunakan handphone karena tidak memiliki akses Wi-Fi di rumahnya. KR tidak pernah mengalami kendala teknis saat menggunakan YouTube, selain mungkin kendala jaringan. Ia sering menggunakan fitur like dan subscribe, namun jarang menggunakan fitur comment. KR menganggap platform YouTube sudah lengkap dan tidak membutuhkan fitur tambahan, serta ia pribadi tidak memiliki kekhawatiran khusus terkait ragam konten yang tersedia di YouTube, yang menurutnya tidak separah TikTok karena dalam YouTube, pengguna punya kuasa dominan untuk menentukan konten apa yang ingin dia lihat.

“... Tergantung, kadang lebih seringnya sih di HP. Karena kalau di rumah aku kan nggak pakai Wi-fi ya, jadi aku pakenya HP Kalau di laptop kan ya aku harus hotspot dulu.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Sering pakenya sih like ya, aku jarang pake komen. Eh

sama (pake) subscribe. ... Aku nunggu subscribe ya biar ada video terbarunya kita tau kan. Kayak video olahraga biasanya tuh aku tungguin.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Menurut aku, enggak (memiliki kekhawatiran khusus) karena tidak serandom TikTok, atau sosmed lain kalau kita enggak niat mencari yang aneh-aneh. Tidak terlalu didikte oleh algoritma.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

Dari ketiga informan tersebut, terlihat bahwa preferensi penggunaan YouTube melalui laptop atau handphone sangat tergantung pada situasi dan kebutuhan pengguna. Namun, dalam hal kualitas tampilan, laptop lebih diunggulkan oleh YM, sedangkan fleksibilitas dan aksesibilitas menjadi alasan utama ZA dalam menggunakan handphone. Sementara itu, KR tidak memiliki preferensi khusus dalam penggunaan YouTube melalui kedua platform tersebut. Semua informan aktif menggunakan fitur like dan subscribe, namun tidak terlalu aktif dalam berkomentar.

Dalam meninjau YouTube dalam peranan sehari-hari, ketiganya memiliki pandangan yang tidak jauh berbeda, disimpulkan bahwa YouTube dianggap sebagai platform multifungsi. KR memandang YouTube sebagai sumber hiburan dan informasi yang bergantung pada minatnya, sedangkan ZA lebih sering mengakses YouTube untuk mendukung aktivitas sehari-hari dan kebutuhan edukasi, sementara YM menggunakan YouTube sebagai sumber informasi untuk kegiatan sehari-hari seperti tutorial memasak dan mengakses informasi yang sulit dijawab.

“... Karena jaman modern ini lebih dominan akan teknologi jadi YouTube ini bisa dibilang akan membantu kita dalam sehari hari, dalam segala aspek mau itu keseharian atau bahkan bidang yang khusus sekalipun gitu, jadi ya memang YouTube ini sangat membantu banget.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Menurut aku menonton YouTube sebagai informasi, iya. Dan sebagai hiburan tentunya juga ya sih. Karena lebih banyak apa ya yang aku carinya sesuai gitu. Kan kalau misalnya di tiktok atau instagram kan random ya. Kalau di youtube ya emang hiburan yang mau aku tonton gitu.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Kalau aku sih kayaknya melihat Youtube itu sebagai penolong ya. Penolong dari pertanyaan yang mungkin nggak bisa terjawabkan, atau misalnya penolong dari hal muda, kayak tutorial cara masak, misalnya mau masak apa, kan tinggal nge search di Youtube kan. Sebagai penolong untuk kehidupan keseharian.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Tiga informan ini memiliki durasi yang berbeda dalam menggunakan YouTube dalam sehari-hari, di mana KR menggunakan YouTube selama 3 jam, ZA selama 4 jam, dan YM mencapai 4 jam dalam sehari. Namun, semuanya menyadari pengaruh YouTube terhadap cara kita mengonsumsi informasi, baik positif maupun negatif. KR percaya bahwa YouTube dapat menjadi pelengkap yang baik terutama ketika informasi yang diberikan di kampus atau sekolah tidak lengkap, sedangkan ZA dan YM mengakui

kebebasan dalam mengakses informasi dapat memberikan pengaruh positif, tetapi pada saat yang sama, mereka juga mempunyai kekhawatiran tentang kebenaran informasi yang diberikan oleh sumber di YouTube.

“... Paling 4 jam, itu tadi bilang sering gak. Ya 4 jam tuh. ... Biasanya tuh kalau saya lagi mager baca gitu ya, saya lebih sering mencari informasi dari YouTube kayak misalkan beberapa ya ada fenomena-fenomena yang terjadi belakangan ini, jadi saya juga mencari informasi atau lebih tepatnya ya fun fact juga lah gitu di YouTube”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Paling 3 jam kayaknya, aku ga terlalu sering sih nonton youtube. ... Menurut aku bisa lebih mudah (dengan adanya YouTube) karena sebelumnya, entah itu pelajaran di kampus. Aku kan misalnya dijelasin sama dosen. Misalnya ‘gini, gini, gini’. Tapi ada informasi yang belum lengkap. Tapi di Youtube bisa lebih mudah (melengkapi informasi), gitu..”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Cukup sering ya, kalau misalnya gabut atau mengisi waktu luang, atau sekedar cuman mencari informasi, kayaknya cukup sering deh. Kalau misalnya diukur dari waktu, kayaknya bisa sampai 4 jam dalam sehari. ... Untuk (pengaruh) positifnya mungkin kita, para pengguna ini, memegang kendali atas apa yang kita ingin tonton, dikasih kebebasan untuk itu. Tapi untuk negatifnya sendiri dari kebebasan itu juga, dimana cukup bebas mengakses

informasi di sana. Jadi, sebagai kita, para penggunanya mungkin lebih bijak memilih sekali informasi apa yang harus kita tonton.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Dari analisis ini, kita dapat menyimpulkan bahwa ketiga informan menganggap YouTube menjadi sumber informasi yang sangat vital dalam kehidupan sehari-hari dan telah mengubah cara kita mengonsumsi media. YouTube menjadi platform yang inklusif dan dapat diakses di berbagai gawai tanpa memungut biaya, sehingga dapat menjangkau pengguna dari berbagai lapisan masyarakat. Namun, sebagai pengguna, disepakati bahwa tentu penting untuk memastikan kebenaran informasi dari konten yang kita tonton, terutama dari segi sumbernya. Oleh karena itu, kritis dalam memilih konten yang dikonsumsi di YouTube sangat penting untuk memastikan kebenaran informasi dan kebermanfaatan konten yang ditonton. Karena tidak banyaknya perbedaan yang ditimbulkan dalam ranah infrastruktur, proses penyampaian informasi dapat disampaikan dari produsen kepada khalayak dengan lancar dan minim gangguan, selama tidak terganggu oleh jaringan. Terkait apakah khalayak menyetujui pesan yang diterima tersebut, hal tersebut yang pula menentukan posisi pemaknaan khalayak.

Posisi ketiga informan yang menjadi sampel Gen Z dalam menyikapi penggunaan YouTube, bersinergi dengan temuan yang dipaparkan oleh KoreaScience dalam artikel ilmiah yang berjudul “The Immersion Factors and Characteristics of Youtube Channels for Generation Z” (Kang et al., 2020). Kesamaan sikap tersebut dapat dilihat dalam temuan penelitian tersebut bahwa lebih dari 80% Gen Z memanfaatkan YouTube sebagai sumber informasi utama mereka. Hal ini tidak semata-mata menyimpulkan

bahwa Gen Z mudah untuk mengafirmasi setiap pesan yang diterima dan berposisi pada pemaknaan *hegemonic-dominant*.

Dalam menyikapi suatu pesan, Gen Z memiliki beberapa karakteristik yang membedakan mereka dari generasi sebelumnya. Mereka memiliki kemampuan yang lebih baik dalam membuat penilaian dan mencari informasi yang mereka butuhkan di tengah banjir informasi yang tersedia. Mereka juga memiliki jendela perhatian instan selama 8 detik ("*8-second instantaneous attention*") yang lebih baik daripada generasi sebelumnya, memungkinkan mereka untuk mencerna lebih banyak informasi dalam waktu singkat, hal ini pula yang menjadi alasan utama fitur seperti YouTube Short dinilai lebih menarik oleh beberapa Gen Z, dibandingkan menonton video YouTube konvensional yang secara rata-rata memiliki durasi lebih dari satu menit.

Gen Z juga cenderung lebih afirmatif serta mentolerir pesan meski memiliki perbedaan pandangan. Mereka memiliki toleransi yang tinggi terhadap perbedaan nilai dan kecenderungan orang lain, serta mampu menerima dan menghargai keragaman. Gen Z yang tumbuh di tengah masa resesi ekonomi global dan berinteraksi dengan teknologi sejak lahir, menjadikan mereka generasi yang terbiasa dengan perubahan yang cepat dan cenderung lebih netral dalam melihat isu-isu seperti ras, gender, agama, dan tak terkecuali kesehatan mental. Oleh karena itu, penting bagi pemasar untuk memahami karakteristik unik mereka. Konten yang dikemas dengan informasi yang padat dan dapat membantu mereka membuat keputusan dengan cepat akan mendapatkan perhatian mereka. Menampilkan nilai-nilai dan kecenderungan unik Gen Z dalam konten juga akan memengaruhi daya tarik mereka. Karakteristik seperti kefamiliaran dengan materi, penampilan

YouTuber, suara YouTuber, dan selera visual/pendengaran memainkan peran penting dalam menciptakan pengalaman yang mendalam bagi Gen Z, terutama dalam kategori hiburan. Selain itu, konten yang peka terhadap tren terkini juga akan menjadi daya tarik bagi mereka.

Perbandingan temuan di atas dengan hasil wawancara mendalam dengan informan dalam penelitian ini juga menyimpulkan bahwa Gen Z secara umum sangat aktif dalam menggunakan media sosial. Mereka menggunakan YouTube bukan hanya sebagai hiburan semata, tetapi juga sebagai mesin pencari dan sumber pengetahuan. YouTube menjadi sarana bagi mereka untuk belajar hal baru dan meningkatkan keterampilan mereka untuk masa depan.

2. Relasi Produksi

Status sosial dalam konteks ekonomi dapat mempengaruhi proses decoding khalayak karena kondisi ekonomi seseorang dapat memengaruhi latar belakang budaya, pengalaman, dan ideologi yang dimiliki. Individu dengan status sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap pendidikan, budaya, dan sumber daya lainnya yang memengaruhi cara mereka memahami dan memaknai pesan yang diterima. Sementara itu, individu dengan status sosial yang lebih rendah mungkin memiliki akses yang lebih terbatas dan pengalaman hidup yang berbeda, yang dapat memengaruhi cara mereka memahami dan memaknai pesan.

Sebagai contoh, seseorang dengan status sosial yang lebih tinggi mungkin lebih terbiasa dengan bahasa formal dan kosakata yang lebih luas, sehingga mereka lebih mudah memahami pesan yang disampaikan dengan bahasa formal dan kompleks. Sementara itu, individu dengan status sosial

yang lebih rendah mungkin lebih terbiasa dengan bahasa sehari-hari yang sederhana, sehingga mereka mungkin kesulitan memahami pesan yang disampaikan dengan bahasa formal dan kompleks.

Selain itu, status sosial juga dapat memengaruhi keyakinan dan nilai-nilai yang dimiliki seseorang, yang dapat memengaruhi cara mereka memaknai pesan. Individu dengan status sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki keyakinan dan nilai-nilai yang berbeda dari individu dengan status sosial yang lebih rendah, sehingga mereka mungkin memaknai pesan dengan cara yang berbeda. Dalam konteks pemaknaan pesan, teori analisis resensi Stuart Hall menyatakan bahwa latar belakang budaya, pengalaman, ideologi, dan posisi sosial dapat memengaruhi cara seseorang memaknai pesan. Oleh karena itu, penting bagi pembuat pesan untuk mempertimbangkan konteks sosial dan budaya khalayak dalam proses produksi dan pengemasan pesan.

Berdasarkan hasil wawancara, disampaikan bahwa semua informan merupakan mahasiswa yang masih bergantung pada dukungan keuangan dari keluarga. KR, ZA, dan YM mengakui bahwa mereka tidak memiliki penghasilan pribadi dan bergantung pada kiriman orang tua untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan kebutuhan lainnya seperti biaya pendidikan, hiburan, dan perawatan diri (kesehatan dan kecantikan). Rentang pengeluaran bulanan ketiga informan berbeda-beda, yaitu sekitar 1 juta rupiah untuk KR, 500 ribu - 1 juta rupiah untuk ZA, dan 1 - 2 juta rupiah untuk YM. Terkait kiriman yang diterima berbanding dengan kebutuhan yang harus dipenuhi, YM dan KR mengakui tercukupi. Sementara ZA merasa kurang, namun permasalahan tersebut tetap bisa diatasi olehnya.

“... (Rentang pengeluaran) 500 ke 1 Juta sih... ”

“Menurutmu dengan jumlah yang kamu terima gitu setiap bulannya dari orang tua itu cukup untuk memenuhi kebutuhan kamu atau masih kurang?” tanya peneliti.

“Bisa dibilang kurang ya, tapi menurutku lebih ke menyesuaikan juga sih.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Karena aku sehari bisa cuma Rp20.000 (pengeluarannya). Jadi kalau misalnya satu bulan bisa Rp1 juta lah ya. ... Gak lebih, gak juga kurang. Jadi cukup aja.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Sejuta, hampir dua juta kayaknya.”

“Tapi dari membandingkan pengeluaran kamu yang tadi 1 sampai 2 juta dibandingkan dengan pendapatan yang dikirim sama keluarga itu mencukupi gak? Secara kesejahteraan kamu baik atau gimana?” tanya peneliti.

“Sangat baik deh kayaknya, mencukupi.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

Meskipun terdapat perbedaan rentang pengeluaran, keseluruhan informan menilai tingkat kesejahteraan finansial mereka saat ini cukup baik, terpenuhinya segala kebutuhan dasar, mampu memenuhi beberapa keinginan tersier, dan merasa aman serta nyaman dengan situasi tempat tinggal mereka. Selain itu, KR dan ZA juga memiliki asuransi kesehatan untuk menanggulangi permasalahan kesehatan mereka di masa mendatang, meskipun YM hanya memiliki asuransi kendaraan saja. Dalam konteks ini, tingkat ketergantungan mahasiswa pada dukungan keuangan keluarga

menjadi faktor yang penting. Dukungan keuangan dari keluarga memainkan peran krusial dalam memfasilitasi mahasiswa untuk dapat melanjutkan pendidikan mereka di perguruan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa membutuhkan bantuan finansial untuk membiayai biaya kuliah, biaya hidup sehari-hari, dan kebutuhan dasar mereka. Tingkat ketergantungan yang tinggi ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengandalkan dukungan finansial dari keluarga mereka untuk memenuhi kebutuhan mereka.

Namun, meskipun tingkat ketergantungan ini tinggi, analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan mahasiswa tidak terlalu dipengaruhi oleh ketergantungan finansial mereka. Mahasiswa tetap dapat memenuhi kebutuhan dasar mereka seperti makanan, tempat tinggal yang aman, dan kenyamanan. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun ketergantungan finansial tinggi, dukungan yang mereka terima dari keluarga mereka cukup memadai untuk memastikan kesejahteraan mereka. Selain itu, analisis lebih mendalam juga mencakup aktivitas yang dilakukan oleh mahasiswa dalam waktu senggang mereka. Menonton film, membaca, dan bertemu teman adalah beberapa contoh aktivitas yang disebutkan oleh informan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun fokus mereka adalah pada pendidikan, mereka juga memiliki waktu luang untuk mengisi dengan aktivitas yang disukai. Ini menunjukkan adanya keseimbangan antara belajar dan bersosialisasi, yang dapat berkontribusi pada kesejahteraan mental dan emosional mahasiswa.

Ketika melihat pada tingkat partisipasi pendidikan di Indonesia secara umum, tingkat partisipasi penduduk di perguruan tinggi masih tergolong rendah. Pemerintah Indonesia masih menghadapi tantangan dalam

meningkatkan tingkat partisipasi penduduk dalam pendidikan tinggi secara merata di seluruh wilayah. Saat ini, tingkat partisipasi pendidikan tinggi (APK) masih rendah dan belum mencapai target nasional yang ditetapkan sebesar 34,56 persen. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2021, tingkat APK pendidikan tinggi di Indonesia hanya mencapai 31,19 persen. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah penduduk usia aktif (19-23 tahun) yang melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi masih belum mencapai sepertiga dari keseluruhan populasi (Mutia, 2022).

Data tersebut juga mengungkapkan bahwa terdapat variasi yang signifikan antara provinsi-provinsi di Indonesia. Salah satu contohnya adalah Kepulauan Bangka Belitung yang memiliki tingkat APK perguruan tinggi terendah di seluruh negara, yaitu hanya sebesar 15,23 persen. Provinsi Papua dan Lampung juga memiliki tingkat APK yang rendah, masing-masing sebesar 20,04 persen dan 22,64 persen. Bahkan provinsi-provinsi besar seperti Jawa Tengah, Jawa Barat, dan Jawa Timur juga mengalami tantangan dalam meningkatkan tingkat partisipasi pendidikan tinggi, yang bahkan berada di bawah rata-rata nasional.

Faktor ekonomi menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi tingkat partisipasi ini. Biaya pendidikan yang tinggi di perguruan tinggi, terutama di institusi swasta, membuatnya sulit dijangkau oleh masyarakat dengan tingkat ekonomi rendah. Selain itu, faktor ekonomi juga dapat mempengaruhi proses pemahaman dan penafsiran pesan-pesan yang disampaikan melalui media. Masyarakat dengan status sosial ekonomi yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap pendidikan, informasi, dan teknologi. Hal ini memberi mereka keunggulan dalam memahami dan menganalisis pesan-pesan yang mereka terima secara lebih

kritis. Dalam konteks ini, identitas ketiga informan sebagai mahasiswa pada institusi pendidikan swasta menunjukkan bahwa mereka memiliki akses yang cukup baik ke pendidikan tinggi. Ini memberi mereka keuntungan dalam memperluas wawasan mereka terkait dengan topik seperti kesehatan mental dan pendidikan. Pendidikan tinggi memberikan landasan yang kuat dalam memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang lebih mendalam, yang dapat membantu mereka dalam merespons dan memaknai pesan-pesan terkait dengan kesehatan mental dengan cara yang lebih baik.

Dalam kesimpulan, tingkat ketergantungan finansial yang tinggi pada dukungan keluarga memainkan peran penting bagi mahasiswa dalam memperoleh pendidikan tinggi. Meskipun demikian, tingkat kesejahteraan mereka tidak terlalu dipengaruhi oleh ketergantungan ini, karena kebutuhan dasar mereka terpenuhi. Aktivitas yang dilakukan dalam waktu senggang juga dapat berkontribusi pada kesejahteraan mereka. Namun, tingkat partisipasi penduduk Indonesia di perguruan tinggi masih rendah, yang dapat dipengaruhi oleh faktor ekonomi. Identitas sebagai mahasiswa pada institusi pendidikan swasta memberikan akses yang lebih baik ke pendidikan tinggi dan wawasan yang lebih mendalam, yang dapat mempengaruhi pemahaman dan respon mereka terhadap pesan-pesan terkait dengan kesehatan mental.

Sebagian besar penelitian menunjukkan adanya hubungan kuat antara posisi seseorang dalam relasi produksi yang rentan dan risiko dalam mengalami gangguan jiwa, dengan indikator utama yang paling konsisten adalah minimnya akses terhadap pendidikan. Penelitian yang berjudul "*Poverty and mental disorders: breaking the cycle in low-income and middle-income countries*" oleh Lund et al. (2011) mengkaji hubungan antara kemiskinan dan gangguan mental di negara-negara berpendapatan rendah

dan menengah (*low-middle income countries/LMIC*). Kajian ini tentu dapat menjadi acuan menarik dalam melihat realitas masyarakat Indonesia, mengingat pada 1 Juli 2022, Bank Dunia resmi mengumumkan dalam website mereka bahwa Indonesia kembali masuk dalam negara *lower-middle income* alias negara dengan penghasilan menengah ke bawah. Orang yang hidup dalam kemiskinan cenderung mengalami gangguan mental, dan orang dengan gangguan mental cenderung hidup dalam kemiskinan. Siklus ini sulit untuk diputuskan, tetapi ada beberapa intervensi yang dapat membantu.

Siklus kemiskinan dan kerentanan terhadap gangguan mental terjadi melalui interaksi yang kompleks antara faktor sosial, ekonomi, lingkungan, dan individu. Kemiskinan mengarah pada kerentanan ekonomi, ketidaksetaraan sosial, dan kurangnya akses terhadap sumber daya dan layanan kesehatan mental, yang semuanya meningkatkan risiko gangguan mental. Di sisi lain, gangguan mental dapat memperburuk kondisi kemiskinan melalui penurunan fungsi sosial dan ekonomi. Stigma sosial, ketidaksetaraan akses ke layanan kesehatan mental, dan lingkungan sosial yang tidak sehat juga berperan dalam memperkuat siklus ini. Untuk memutus siklus ini, diperlukan pendekatan holistik yang mencakup intervensi sosial, kebijakan inklusif, akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan mental, dan upaya mengurangi stigma terhadap gangguan mental.

Salah satu intervensi guna memutus siklus tak berujung antar kemiskinan dan kerentanan mental adalah dengan meningkatkan akses terhadap perawatan kesehatan mental. Di banyak negara LMIC, terdapat kekurangan tenaga profesional di bidang kesehatan mental, dan mereka yang tersedia mungkin terpusat di daerah perkotaan. Hal ini membuat sulit bagi orang-orang yang tinggal di daerah pedesaan untuk mengakses perawatan

yang mereka butuhkan. Ada beberapa cara untuk meningkatkan akses terhadap perawatan kesehatan mental, seperti melatih petugas kesehatan masyarakat untuk memberikan layanan kesehatan mental dasar, dan menggunakan *telehealth* untuk menghubungkan orang dengan profesional kesehatan mental yang berada di daerah lain.

Intervensi lain yang penting adalah mengatasi determinan sosial dari kesehatan mental. Determinan sosial tersebut merujuk pada faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, seperti kemiskinan, ketidaksetaraan, diskriminasi, dan kekerasan. Dengan mengatasi faktor-faktor ini, kita dapat mengurangi risiko gangguan mental dan meningkatkan kesehatan mental orang-orang yang hidup dalam kemiskinan.

Terakhir, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental dan mengurangi stigma yang terkait dengan gangguan mental. Stigma dapat mencegah orang mencari bantuan untuk gangguan mental, dan dapat membuat sulit bagi orang dengan gangguan mental untuk berfungsi dalam masyarakat. Dengan meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental dan mengurangi stigma yang terkait dengan gangguan mental, kita dapat mendorong orang untuk mencari bantuan dan menjalani kehidupan yang penuh dan produktif.

Beberapa contoh intervensi khusus yang terbukti efektif dalam memutus siklus kemiskinan dan gangguan mental di negara-negara LMICs:

- (1) Memberikan akses ke perawatan kesehatan mental dasar: Hal ini dapat dilakukan melalui pelatihan petugas kesehatan masyarakat untuk memberikan layanan kesehatan mental dasar, atau melalui penggunaan *telehealth* untuk menghubungkan orang dengan profesional kesehatan

mental yang berada di daerah lain. (2) Mengatasi determinan sosial kesehatan mental: Hal ini dapat dilakukan melalui program-program yang mengatasi kemiskinan, ketidaksetaraan, diskriminasi, dan kekerasan. (3) Meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental dan mengurangi stigma yang terkait dengan gangguan mental: Hal ini dapat dilakukan melalui kampanye pendidikan masyarakat, pelatihan bagi penyedia layanan kesehatan, dan advokasi kebijakan yang mendukung orang dengan gangguan mental.

Dengan berinvestasi dalam intervensi ini, kita dapat meningkatkan kesehatan mental orang-orang yang hidup dalam kemiskinan dan membantu mereka mencapai potensi penuh mereka. Selain intervensi di atas, Lund et al. juga menyarankan adanya penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara kemiskinan dan gangguan mental di negara-negara LMIC. Penelitian ini seharusnya berfokus pada mengidentifikasi faktor-faktor khusus yang berkontribusi terhadap siklus kemiskinan dan gangguan mental, serta mengembangkan intervensi yang efektif untuk memutus siklus tersebut. Kajian tersebut menyimpulkan bahwa "memutus siklus kemiskinan dan gangguan mental merupakan tantangan yang kompleks, tetapi sangat penting untuk meningkatkan kehidupan jutaan orang di seluruh dunia."

Selain itu, ketidakstabilan politik dan ekonomi, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan mental yang terjangkau, dan rendahnya tingkat pendidikan juga dapat memperburuk siklus kemiskinan dan gangguan mental di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (LMIC). Keadaan ini menciptakan lingkungan yang sulit bagi individu untuk keluar dari kemiskinan dan memperoleh perawatan mental yang mereka butuhkan. Upaya yang holistik dan berkelanjutan diperlukan untuk mengatasi masalah

ini, termasuk peningkatan kesetaraan gender, peningkatan aksesibilitas terhadap pendidikan dan layanan kesehatan mental, serta pemulihan dan reintegrasi bagi mereka yang terkena dampak konflik dan pengungsian.

Dalam kesimpulannya, Lund et al. (2011) meyakini bahwa faktor-faktor tersebut dapat membantu memutus siklus kemiskinan dan gangguan mental di negara-negara LMIC. Hal ini akan memerlukan upaya bersama dari pemerintah, bisnis, dan masyarakat sipil. Namun, manfaat dari memutus siklus ini sangat besar. Dengan meningkatkan kesehatan mental orang-orang yang hidup dalam kemiskinan, kita dapat membantu mereka mencapai potensi penuh dan berkontribusi pada pembangunan komunitas mereka.

3. *Frame of Knowledge*

Pengalaman pribadi khalayak yang berdasar pada wawasan, pengetahuan serta referensi pribadi, mempengaruhi proses decoding karena setiap individu memiliki cara pandang yang berbeda-beda terhadap sebuah pesan. Selain rujukan Hall, pemahaman mengenai teori resepsi pertama kali dilakukan oleh Hans Robert Jauss. Dua konsep penting yang memainkan peran dominan ketika meninjau proses resepsi audiens adalah "horizon harapan" (*horizon of expectation*) dan "horizon kejutan" (*horizon of surprise*). Menurut Jauss dalam tulisannya *Literary History as Challenge to Literary Theory* (1970) yang menilik tentang audiens yang meresepsi karya sastra, setiap pembaca memiliki horizon harapan yang berbeda-beda yang dipengaruhi oleh latar belakang, pendidikan, pengalaman, dan pengetahuan yang dimilikinya. Ketika membaca sebuah karya sastra, pembaca akan membandingkan pengalaman dan pengetahuannya dengan apa yang

ditampilkan dalam karya tersebut. Jika karya tersebut sejalan dengan horizon harapannya, pembaca akan merasa terpenuhi dan puas dengan karya tersebut. Namun, jika karya tersebut tidak sesuai dengan horizon harapannya, maka pembaca akan merasa kecewa dan kurang puas.

Konsep horizon kejutan juga berkaitan dengan hal yang sama, yaitu bahwa setiap individu memiliki horizon atau batasan pengalaman dan pengetahuan yang membuatnya terkejut atau merasa tidak nyaman dengan sesuatu yang baru atau berbeda dengan pengalaman sebelumnya. Ketika seseorang mendapatkan pesan yang berbeda dengan horzonnya, maka proses decoding akan terganggu dan mungkin menghasilkan pemaknaan yang berbeda dengan pesan yang ingin disampaikan. Dalam teori analisis resepsi Stuart Hall, konsep horizon harapan dan horizon kejutan juga diterapkan dalam pemahaman terhadap pesan media. Oleh karena itu, latar belakang, posisi sosial, dan pengalaman pribadi khalayak sangat mempengaruhi proses decoding karena akan memengaruhi horizon harapan dan horizon kejutan mereka.

Ketiga informan yang diwawancara, KR, ZA, dan YM memiliki pandangan yang sama bahwa kesehatan mental sangat penting dalam kehidupan seseorang. KR menyatakan bahwa kesehatan mental mempengaruhi produktivitas sehari-hari dan kesehatan fisik, sementara ZA dan YM mengungkapkan bahwa kesehatan mental dapat mempengaruhi kenyamanan orang lain atau lingkungan sekitar serta kualitas hidup seseorang.

“... Kesehatan mental itu lebih ke bagaimana cara orang lain memandang kita jadi kalau menurutku itu kalau bagi

mereka normal yaudah berarti memang seperti itu gitu normal. Tapi kalau misalkan tidak normal gitu di mata rata-rata orang ya berarti memang itu tidak normal. ... Sangat penting ya menurutku karena biar otak juga tidak terlalu gila sama dunia.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Istilah kesehatan mental itu kondisi ketika kita merasa tenang secara jiwa yang memungkinkan kita untuk melakukan kegiatan sehari hari dengan lancar. ... Menurut aku (kesehatan mental) sangat penting ya, karena itu mempengaruhi kondisi kita secara fisik dan juga bagaimana kita melakukan kegiatan sehari hari. Jadi menurut aku itu sangat penting karena hal tersebut yang mempengaruhi kehidupan kita“

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

“... Kesadaran diri seseorang terhadap keadaan kondisi hati dia, mood dia gitu. ... (Kesehatan mental) sangat penting, karena menurut aku kesehatan mental itu mempengaruhi semuanya ya. Produktivitas kita sehari-hari. Kesehatan fisik kita juga dipengaruhi oleh kesehatan mental, menurut aku”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

Meskipun begitu, terdapat perbedaan dalam persepsi mengenai definisi kesehatan mental yang baik dan buruk. KR menganggap bahwa kesehatan mental yang baik ditandai dengan keadaan hati yang bahagia, adanya semangat atau dorongan positif dalam menjalankan keseharian.

Sedangkan kesehatan mental yang buruk ditandai dengan kecemasan dan memikirkan sesuatu secara berlebihan, yang dapat berdampak pada terganggunya rutinitas harian. ZA menganggap bahwa kesehatan mental yang buruk dapat diindikasikan ketika perilaku seseorang sudah mengganggu kenyamanan orang lain atau lingkungan sekitar. Sementara itu, YM menyebutkan bahwa seseorang dengan kesehatan mental yang baik dapat menerima kekurangan dan kesalahan dirinya, sementara seseorang dengan kesehatan mental yang buruk tidak dapat menerima hal tersebut.

“... Menurutku kesehatan mental yang baik ini dimana diri kita tidak mengganggu orang lain maupun itu sekitar kita atau yang di dekat kita gitu ya. Bagi ku memang perspektif orang lain itu sangat penting ya.”

(ZA, 15 Maret 2023, Yogyakarta)

“... Kalau menurut aku, kalau kesehatan mentalnya lagi baik berarti dia bisa lebih produktif, keadaan hati dia happy. Kalau kesehatan mental lagi buruk berarti ini kecemasannya juga berlebih. Overthinking gitu.”

(YM, 1 April 2023, Yogyakarta)

“... Mungkin kalau kesehatan mental yang baik itu dia bisa menerima kekurangan dia, kalau dia itu sebenarnya manusia yang juga melakukan kesalahan, kalau yang buruk kayak lebih ke mereka gak bisa menerima gitu loh.”

(KR, 21 Maret 2023, Yogyakarta)

Berdasarkan informasi yang diberikan, terdapat beberapa hal yang dapat dianalisis lebih dalam terkait dengan tips mengelola stres atau emosi

negatif, tanda-tanda masalah kesehatan mental, dan tingkat kesadaran lingkungan sekitar terhadap kesehatan mental.

Pertama, mengenai tips atau cara mengelola stres atau emosi negatif, terdapat perbedaan pendekatan antara KR dan ZA dengan YM. KR dan ZA cenderung mengalihkan perhatian dengan melakukan hobi atau aktivitas yang menyenangkan. Strategi ini dapat membantu mengalihkan fokus dari pikiran yang negatif atau stres ke hal-hal yang lebih positif, sehingga membantu dalam mengurangi tingkat stres. Aktivitas yang menyenangkan juga dapat memberikan rasa kepuasan dan relaksasi, sehingga membantu mengurangi ketegangan emosional. Di sisi lain, YM lebih cenderung mencari hiburan dan istirahat untuk menenangkan diri. Pendekatan ini dapat berarti bahwa YM lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang membantu mereka rileks dan menghibur diri, seperti menonton film atau beristirahat sepenuhnya. Ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi stres atau emosi negatif, dan penting untuk mengenali strategi yang paling efektif untuk diri sendiri.

Kedua, tanda-tanda masalah kesehatan mental yang diungkapkan oleh ketiga informan, seperti perubahan kebiasaan atau karakteristik, merasa lelah, enggan bersosialisasi, atau tidak memiliki gairah untuk menjalani hidup, merupakan tanda-tanda umum yang sering terkait dengan masalah kesehatan mental. Perubahan perilaku atau karakteristik yang mencolok dapat menjadi indikasi bahwa seseorang sedang mengalami tekanan atau stres yang berlebihan. Rasa lelah yang berkepanjangan atau kehilangan minat dan semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari juga dapat menunjukkan adanya masalah kesehatan mental yang perlu diperhatikan. Selain itu, enggan bersosialisasi dapat menjadi tanda bahwa seseorang

mungkin merasa terisolasi atau memiliki perasaan rendah diri. Mengidentifikasi tanda-tanda ini adalah langkah awal yang penting dalam mendukung seseorang yang mengalami masalah kesehatan mental.

Ketiga, perbedaan tingkat kesadaran lingkungan terhadap kesehatan mental juga dapat dianalisis. Lingkungan sekitar KR dijelaskan kurang menerima pentingnya kesehatan mental, sedangkan lingkungan ZA dan YM sudah sadar akan pentingnya kesehatan mental dan memberikan dukungan dalam menjaga kesehatan mental mereka dan orang lain di sekitarnya. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kesadaran tentang kesehatan mental dapat bervariasi antara individu dan lingkungan. Dalam hal ini, lingkungan ZA dan YM dinilai memiliki tingkat kesadaran yang baik karena mereka sadar akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan memberikan dukungan. Kesadaran ini dapat mencakup pemahaman tentang pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental, pengenalan tanda-tanda masalah kesehatan mental, dan dukungan kepada individu yang mengalami masalah tersebut.

Secara keseluruhan, informasi yang diberikan oleh ketiga informan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang berbagai aspek terkait dengan pengelolaan stres dan emosi negatif, tanda-tanda masalah kesehatan mental, dan tingkat kesadaran lingkungan terhadap kesehatan mental. Analisis ini dapat membantu dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali tanda-tanda masalah kesehatan mental, dan mengembangkan strategi yang efektif untuk mengelola stres dan emosi negatif.

Dalam membaca pengalaman informan terkait konsep kesehatan mental melalui kacamata teori resepsi, baik dari pendekatan Hans Robert

Jauss maupun Stuart Hall, kita dapat melihat bagaimana pembaca membentuk interpretasi mereka terhadap tulisan yang membahas kesehatan mental. Baik Jauss maupun Hall menekankan pentingnya horison harapan atau pengetahuan pembaca dalam membaca dan menginterpretasi teks. Dalam hal ini, kita dapat melihat perbedaan dalam horison harapan antara informan yang disebutkan dalam tulisan tersebut, yaitu KR, ZA, dan YM. Misalnya, KR mungkin memiliki horison harapan yang berbeda dengan ZA dan YM, terutama dalam hal pengakuan terhadap pentingnya kesehatan mental di lingkungan sekitarnya.

Meskipun ada perbedaan definisi mengenai kesehatan mental yang baik dan buruk, informan tersebut sepakat bahwa menjaga kesehatan mental penting karena berdampak pada produktivitas, kualitas hidup, dan lingkungan sekitar. Interpretasi mereka terhadap teks menggambarkan aplikasi pemahaman mereka tentang kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari. Mereka menyoroti pentingnya melakukan aktivitas yang menyenangkan atau mencari hiburan serta mengenali tanda-tanda masalah kesehatan mental sebagai cara menjaga kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bagaimana pembaca menggunakan horison harapan dan pengetahuan mereka untuk menginterpretasi teks dan menerapkannya dalam konteks kehidupan mereka.

Dalam konteks teori resepsi Hall, perhatian diberikan pada pengaruh konteks sosial, politik, dan budaya dalam membentuk pemahaman pembaca. Lingkungan sekitar KR, ZA, dan YM memainkan peran penting dalam mempengaruhi interpretasi mereka terhadap teks tentang kesehatan mental. Lingkungan KR mungkin kurang menyadari pentingnya kesehatan mental, sementara lingkungan ZA dan YM lebih sadar akan pentingnya kesehatan

mental dan memberikan dukungan. Melalui analisis ini, kita dapat melihat bagaimana resepsi pembaca dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, dan konteks sosial mereka. Interpretasi mereka tentang kesehatan mental tercermin dalam interaksi mereka dengan lingkungan sekitar dan penekanan yang mereka berikan pada pentingnya menjaga kesehatan mental. Mereka menerapkan pemahaman mereka tentang kesehatan mental dalam konteks sosial mereka dan memahami bahwa menjaga kesehatan mental adalah suatu kebutuhan yang perlu diperhatikan.

Melalui pendekatan resepsi Jauss dan Hall, kita dapat melihat bagaimana pembaca membentuk interpretasi mereka terhadap teks yang membahas kesehatan mental. Horison harapan, pengetahuan, dan konteks sosial membentuk pemahaman pembaca tentang kesehatan mental. Meskipun terdapat perbedaan dalam pengakuan pentingnya kesehatan mental di lingkungan sekitar, konvergensi terlihat dalam pemahaman bahwa kesehatan mental berdampak pada produktivitas, kualitas hidup, dan lingkungan sekitar. Analisis ini menyoroti peran penting resepsi teks dalam membentuk pemahaman kita tentang kesehatan mental dan menawarkan wawasan yang lebih dalam tentang pengaruh horison harapan, pengetahuan, dan konteks sosial terhadap interpretasi kita.

3.2. Pembahasan

Penelitian ini mengungkap bahwa Gen Z cenderung menerima baik teks edukasi kesehatan mental yang terdapat pada kanal YouTube Satu Persen, didasari dengan dua informan yang berada pada posisi pemaknaan hegemonik dominan, dan satu informan berada pada posisi pemaknaan negosiasi. Adanya peningkatan pemahaman informan setelah menonton juga menjadi faktor krusial. Keterbukaan para informan dalam pembicaraan kesehatan mental dan turut melibatkan diri untuk terus mengikuti edukasi kesehatan mental juga juga bersinergi dengan temuan Ogilvy, yang menempatkan Gen Z sebagai generasi yang paling rentan mengalami permasalahan mental, namun di sisi lain adalah generasi yang paling memperdulikan hal tersebut.

Studi Ogilvy pada Februari 2022 yang meneliti perilaku kesehatan mental Gen Z di Amerika menemukan fakta yang mengkhawatirkan, yaitu 70% Gen Z mengatakan kesehatan mental mereka membutuhkan perhatian atau perbaikan terbanyak. Hal ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental menjadi salah satu isu yang sangat relevan dan mendesak bagi generasi ini. Tidak hanya itu, sebuah laporan dari American Psychological Association juga menemukan bahwa Gen Z lebih cenderung melaporkan masalah kesehatan mental dibandingkan dengan kelompok demografis lainnya (Bethune, n.d.). Hal ini dapat dihubungkan dengan kenyataan bahwa Gen Z telah mengalami sejumlah peristiwa traumatis dalam hidup mereka. Mereka telah menghadapi pandemi global yang mengganggu rutinitas dan keseimbangan emosional, serta rentan terhadap cyberbullying dan krisis pelecehan seksual.

Dalam konteks pandemi COVID-19, Gen Z merasakan tekanan dari pandemi lebih kuat dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, demikian hasil dari survei di Amerika Serikat yang dirilis Desember 2021 (Jeong, 2021). Sebuah

penelitian yang dilakukan oleh Associated Press-NORC Center for Public Affairs Research dengan pendanaan dari MTV mengungkapkan bahwa proporsi yang lebih tinggi dari warga Amerika yang berusia antara 13 hingga 24 tahun mengakui bahwa pandemi telah membuat pendidikan, tujuan karier, dan kehidupan sosial mereka menjadi lebih sulit dibandingkan dengan generasi Milenial dan Gen X (Broaddus, 2022).

Sebuah survei yang melibatkan 3.764 responden berusia antara 13 hingga 56 tahun pada rentang waktu 1 hingga 19 September menyimpulkan bahwa hampir setengah dari Gen Z menyatakan bahwa pandemi telah membuat pendidikan dan aspirasi karier mereka menjadi lebih sulit. Selain itu, sekitar 45 persen responden Gen Z juga merasa lebih sulit menjaga hubungan dengan teman-teman mereka, sementara 40 persen mengakui bahwa hubungan romantis mereka menjadi lebih rumit. Lebih sedikit warga Amerika dari kelompok usia yang lebih tua melaporkan kesulitan serupa, dan mereka juga cenderung tidak menyatakan bahwa pandemi telah mengganggu pendidikan atau karier mereka.

Para penulis survei menyatakan, "Secara keseluruhan, 35% Gen Z seringkali mengalami stres dan 46% lainnya mengaku kadang-kadang merasakannya. Ketidakpastian mengenai pandemi dan ketakutan akan terinfeksi virus menjadi salah satu sumber utama stres bagi generasi ini." Hasil survei ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa warga Amerika yang lebih muda, terutama Gen Z, mengalami isolasi, kesepian, dan stres akibat pandemi, serta lebih terpapar dengan dampak negatifnya terhadap ekonomi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Pada bulan Oktober, American Psychological Association melaporkan bahwa orang dewasa Gen Z memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dalam mengambil keputusan penting dalam hidup mereka, sebagian karena

pandemi telah menciptakan ketidakpastian tentang masa depan mereka dalam beberapa bulan ke depan (American Psychological Association, 2021).

Selain itu, pada Maret 2021, asosiasi yang sama juga melaporkan bahwa anggota Gen Z adalah kelompok yang paling mungkin mengalami penurunan kesehatan mental dan perubahan berat badan yang tidak diinginkan akibat pandemi. Pandemi juga berdampak besar pada pencari kerja Gen Z. Pada bulan April 2020, ketika dampak ekonomi pandemi menyebar di seluruh negara, sepertiga dari mereka yang berusia antara 16 hingga 19 tahun menganggur. Angka ini lebih dari dua kali lipat tingkat pengangguran nasional saat itu. Meskipun tingkat pekerjaan bagi generasi muda telah mengalami perbaikan sejak saat itu, tingkat pekerjaan bagi warga Amerika berusia antara 16 hingga 24 tahun masih berada di bawah tingkat pada tahun 2019, demikian menurut Biro Statistik Tenaga Kerja pada bulan Agustus.

Masalah yang dihadapi oleh Gen Z dalam mencari pekerjaan juga dialami oleh generasi sebaya mereka di luar Amerika Serikat, tak terkecuali Indonesia. Pada bulan Juni 2021, International Labor Organization, sebuah lembaga yang didukung oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa yang berkantor pusat di Swiss, melaporkan bahwa peluang kerja bagi pekerja Gen Z mengalami penurunan dua kali lipat dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang lebih tua. Mereka menyatakan, "Sebenarnya, meskipun jumlah pengangguran muda secara global tetap relatif stabil antara tahun 2019 dan 2020, hal ini terjadi karena banyak pemuda yang tanpa pekerjaan berhenti mencari atau menunda memasuki pasar tenaga kerja."

Dari informasi ini, jelas terlihat bahwa Gen Z adalah kelompok yang paling merasakan tekanan dari pandemi ini. Mereka menghadapi tantangan dalam pendidikan, karier, kehidupan sosial, dan kesehatan mental. Dampak pandemi ini juga sangat signifikan terhadap lapangan pekerjaan Gen Z, dengan tingkat

pengangguran yang tinggi dan peluang kerja yang berkurang. Dukungan dan pemahaman dari masyarakat dan pemerintah sangatlah penting untuk membantu Gen Z menghadapi tantangan ini dan memperbaiki situasi mereka.

Namun, ada satu hal positif yang dapat diambil dari situasi ini. Gen Z secara umum lebih terbuka untuk berkomunikasi tentang masalah kesehatan mental yang mereka alami. Mereka tidak ragu untuk mencari dukungan dan berbicara tentang pengalaman mereka. Hal ini membuat penting bagi merek-merek untuk juga terbuka dalam mengkomunikasikan komitmen mereka terhadap self-care dan kesehatan mental. Data dari YPulse juga mengungkapkan bahwa 71% konsumen Gen Z menyukai saat merek membuat kesehatan mental menjadi bagian dari pemasaran dan pesan mereka. Generasi ini menghargai merek-merek yang peduli dengan kesejahteraan mental mereka dan aktif berkontribusi dalam upaya peningkatan kesehatan mental secara keseluruhan (Esposito, 2022). Sebagai contoh, merek Satu Persen telah dianggap relevan dan mendapatkan banyak dukungan karena telah mengadopsi nilai-nilai tersebut. Dalam hal ini, merek tersebut berhasil mengkomunikasikan pesan tentang pentingnya perawatan diri dan kesehatan mental dengan baik kepada Gen Z.

Selain itu, penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Uchik dan Kusuma pada tahun 2023 juga mengangkat topik analisis resepsi dan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana khalayak Gen Z meresepsi pesan-pesan edukasi kesehatan mental yang disampaikan melalui kanal YouTube Satu Persen. Rentang usia informan dalam penelitian ini adalah antara 18 hingga 22 tahun, yang termasuk dalam kategorisasi Gen Z menurut Pew Research Center pada tahun 2019.

Penelitian Uchik dan Kusuma ini memperluas pemahaman kita tentang bagaimana Gen Z meresepsi pesan-pesan edukasi kesehatan mental dan

memberikan wawasan yang berharga bagi merek-merek dan praktisi kesehatan mental. Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang preferensi, kebutuhan, dan pemikiran Gen Z dalam hal perawatan diri dan kesehatan mental, kita dapat mengembangkan pendekatan yang lebih efektif dalam menyampaikan pesan-pesan yang relevan dan membangun koneksi yang lebih baik dengan generasi ini. Perhatian terhadap kesehatan mental Gen Z sangat penting mengingat meningkatnya masalah seperti kecemasan, depresi, dan tekanan yang mereka hadapi. Pandemi COVID-19 telah meningkatkan beban emosional dan stres pada generasi muda ini. Dalam suasana yang penuh ketidakpastian dan isolasi, banyak dari mereka mengalami kesulitan menjaga kesehatan mental dan merasa terisolasi dari jaringan dukungan sosial mereka.

Oleh karena itu, penelitian seperti yang dilakukan oleh Uchik dan Kusuma sangat relevan dan berpotensi memberikan kontribusi yang berarti dalam upaya meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan perawatan kesehatan mental di kalangan Gen Z. Hasil penelitian ini dapat membantu merek-merek dan praktisi kesehatan mental untuk menyesuaikan strategi komunikasi mereka agar lebih sesuai dengan preferensi dan kebutuhan generasi ini.

Selain itu, melalui platform digital seperti YouTube, pesan-pesan kesehatan mental dapat dijangkau oleh lebih banyak orang, termasuk Gen Z yang aktif dalam menggunakan media sosial. YouTube telah menjadi saluran penting bagi mereka dalam mencari informasi dan konten yang relevan dengan kehidupan sehari-hari mereka. Oleh karena itu, pendekatan pemasaran dan edukasi yang menggunakan platform ini dapat menjadi alat yang efektif dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan mental kepada Gen Z.

Dengan pemahaman yang lebih baik tentang cara Gen Z meresepsi pesan-pesan kesehatan mental, kita dapat menciptakan konten yang lebih sesuai dan

menarik bagi mereka. Keterlibatan yang kuat dan kreatif dalam menyampaikan informasi tentang pentingnya kesehatan mental, strategi mengatasi stres, dan praktik perawatan diri yang baik dapat membantu Gen Z dalam menghadapi tantangan kehidupan dan menjaga kesejahteraan mereka.

Sebagai masyarakat, penting bagi kita untuk memberikan perhatian yang cukup pada kesehatan mental Gen Z dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi mereka. Ini melibatkan pendekatan yang holistik, termasuk dukungan emosional, akses ke sumber daya kesehatan mental, dan edukasi yang memadai. Dengan melakukan ini, kita dapat membantu Gen Z untuk mengembangkan keterampilan dan strategi yang diperlukan untuk menjaga kesehatan mental mereka dan meraih potensi penuh mereka dalam kehidupan yang penuh tantangan ini.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam merancang pendekatan yang lebih efektif dalam memberikan pendidikan kesehatan mental kepada Gen Z. Melalui analisis resepsi, penelitian ini mengungkapkan preferensi dan respon Gen Z terhadap konten pendidikan kesehatan mental yang disajikan dalam format video di YouTube Channel Satu Persen. Implikasi pertama dari penelitian ini adalah pengembangan pendekatan pendidikan kesehatan mental yang lebih efektif. Hasil penelitian ini dapat memberikan inspirasi dan panduan bagi praktisi dan pendidik yang berkepentingan dalam meningkatkan pendidikan kesehatan mental untuk Gen Z. Dengan memahami preferensi dan resepsi mereka terhadap konten pendidikan kesehatan mental di platform YouTube, praktisi dan pendidik dapat merancang konten yang lebih relevan, menarik, dan berdaya tarik tinggi. Dengan mempertimbangkan format video dan gaya komunikasi yang disukai oleh Gen Z, pendekatan pendidikan kesehatan mental dapat lebih efektif dalam menjangkau dan berinteraksi dengan audiens target.

Selanjutnya, implikasi penelitian ini berkaitan dengan penyusunan strategi komunikasi yang tepat. Analisis resepsi yang dilakukan dalam penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga tentang bagaimana Gen Z menerima dan merespons pesan-pesan pendidikan kesehatan mental. Dalam konteks YouTube Channel Satu Persen, penelitian ini dapat membantu praktisi dan pendidik dalam menentukan strategi komunikasi yang lebih efektif. Dengan memahami preferensi audiens dan tanggapan mereka terhadap berbagai pesan dan gaya komunikasi, strategi komunikasi dapat diarahkan dengan lebih baik, memastikan bahwa pesan-pesan pendidikan kesehatan mental dapat disampaikan dengan jelas dan efektif kepada Gen Z.

Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya meningkatkan aksesibilitas konten pendidikan kesehatan mental melalui platform YouTube. YouTube telah menjadi salah satu platform yang sangat populer di kalangan Gen Z, dan penelitian ini menyoroti pentingnya memanfaatkan platform ini untuk menyampaikan pendidikan kesehatan mental yang mudah diakses. Implikasi penelitian ini adalah pentingnya meningkatkan aksesibilitas konten pendidikan kesehatan mental di YouTube dengan mengoptimalkan strategi penyebaran dan promosi. Dengan memastikan bahwa konten tersebut mudah ditemukan, diakses, dan dipahami oleh Gen Z, upaya pendidikan kesehatan mental dapat mencapai lebih banyak individu dan memiliki dampak yang lebih luas.

Temuan penelitian ini juga memiliki implikasi dalam pemahaman lebih lanjut tentang preferensi Gen Z terkait pendidikan kesehatan mental. Melalui analisis resepsi, penelitian ini memberikan wawasan lebih mendalam tentang persepsi, sikap, dan preferensi Gen Z terhadap pendidikan kesehatan mental melalui YouTube. Implikasi ini dapat menjadi landasan untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam, sehingga dapat memperdalam pemahaman kita tentang kelompok ini

dan memperbaiki upaya pendidikan kesehatan mental yang ditujukan kepada mereka. Dengan memahami preferensi dan kebutuhan mereka secara lebih baik, praktisi dan pendidik dapat meningkatkan relevansi dan efektivitas program-program pendidikan kesehatan mental yang ditujukan kepada Gen Z.

Terakhir, penelitian ini dapat memberikan kontribusi penting dalam evaluasi dan pengembangan konten pendidikan kesehatan mental. Berdasarkan analisis resepsi yang dilakukan, pemilik saluran YouTube Satu Persen dan produsen konten serupa dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk mengevaluasi konten yang telah ada dan memperbaiki pengembangan konten yang akan datang. Dengan mempertimbangkan tanggapan dan preferensi Gen Z, konten pendidikan kesehatan mental dapat ditingkatkan, sehingga lebih sesuai dengan kebutuhan dan minat audiens target. Implikasi ini akan memastikan bahwa konten yang disajikan melalui YouTube Channel Satu Persen dan platform serupa mampu memberikan manfaat maksimal dalam membantu Gen Z dalam memahami dan menjaga kesehatan mental mereka.

Dalam kesimpulannya, penelitian ini memiliki implikasi penting dalam pengembangan pendekatan pendidikan kesehatan mental, strategi komunikasi, aksesibilitas konten, pemahaman tentang preferensi Gen Z, dan evaluasi serta pengembangan konten. Implikasi tersebut dapat membantu memperbaiki pendekatan pendidikan kesehatan mental bagi Gen Z, terutama melalui platform YouTube, serta memberikan landasan untuk pengembangan penelitian dan praktik selanjutnya dalam upaya meningkatkan kesehatan mental mereka.

Ditemukan keterbatasan dalam penelitian ini. Selain keterbatasan sampel, penelitian ini juga menghadapi beberapa keterbatasan lainnya. Pertama, meskipun informan yang terlibat memiliki latar belakang pendidikan yang sama, mereka mungkin memiliki perbedaan dalam pengalaman hidup, pandangan, dan

pengetahuan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Selain itu, penelitian ini terbatas pada konteks geografis tertentu, yaitu Yogyakarta, sehingga hasilnya mungkin tidak dapat secara langsung diterapkan pada populasi Gen Z di daerah lain. Selanjutnya, penelitian ini juga tidak dapat memvalidasi struktur makna yang dibuat oleh Satu Persen. Interpretasi tentang bagaimana *preferred meaning* disematkan dalam konten edukasi kesehatan mental pada kanal tersebut sepenuhnya dilakukan oleh peneliti. Hal ini dapat mempengaruhi hasil penelitian dan mengurangi generalisabilitas temuan.

Selain itu, penelitian ini hanya fokus pada edukasi kesehatan mental pada kanal Satu Persen dan tidak mempertimbangkan sumber informasi atau kanal lain yang mungkin juga digunakan oleh Gen Z. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak dapat mewakili seluruh pengalaman atau preferensi Gen Z terkait dengan edukasi kesehatan mental. Keterbatasan lain yang perlu diperhatikan adalah bahwa penelitian ini didasarkan pada data yang dikumpulkan melalui wawancara dan observasi. Keterbatasan ini termasuk kemungkinan adanya bias dari informan atau peneliti, serta keterbatasan dalam mengamati atau merekam semua aspek yang relevan ketika pesan edukasi dikonsumsi.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

Berdasarkan temuan utama yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan. Reaksi dan pembacaan audiens Generasi Z terhadap penyebaran edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen telah dikaji secara mendalam. Dalam konteks teori encoding dan decoding, dapat diketahui bahwa kanal YouTube Satu Persen berhasil menyampaikan pesan dengan baik melalui penggunaan teknik penyampaian yang efektif, seperti penggunaan gambar, musik, dan narasi yang menyentuh perasaan audiens.

Dalam proses decoding, audiens menangkap pesan yang disampaikan oleh kanal YouTube Satu Persen sebagai sumber informasi yang kredibel, berkualitas tinggi, dan informatif mengenai kesehatan mental. Mereka menghargai cara penyampaian informasi yang mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Namun, penting untuk diakui bahwa terdapat perbedaan dalam pemaknaan pesan antara produsen pesan dan audiens sebagai penerima pesan, karena setiap individu memiliki latar belakang budaya, pengalaman, ideologi, dan pemikiran yang berbeda. Dalam hal ini, informan ZA memperlihatkan sikap yang lebih kritis terhadap pesan yang diterima. Meskipun mengakui manfaat informasi dan penyampaian yang mudah diterima, ZA memiliki pandangan yang lebih skeptis dan mempertimbangkan sudut pandang alternatif. Hal ini menunjukkan adanya ruang untuk dialog dan diskusi lebih lanjut tentang pesan yang disampaikan.

Berdasarkan analisis terhadap temuan utama yang telah disampaikan, kita dapat memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan.

- i. Pertanyaan penelitian yang pertama adalah: Bagaimana pembacaan audiens pada teks edukasi kesehatan mental di kanal YouTube Satu Persen?

Dari analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa audiens Generasi Z merespons teks edukasi kesehatan mental di kanal YouTube Satu Persen dengan positif. Mereka menganggap konten tersebut sebagai sumber informasi yang kredibel, berkualitas tinggi, dan informatif mengenai kesehatan mental. Mereka menghargai cara penyampaian informasi yang mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Kecenderungan salah satu informan untuk berada dalam posisi ternegosiasi juga menunjukkan bahwa proses penerimaan pesan tidak berjalan satu arah, di mana Satu Persen dapat menghegemoni atas apa yang akan diterima Gen Z. Namun, peluang untuk adanya diskusi yang lebih lanjut terkait manfaat yang diberikan pesan terbuka lebar dengan Gen Z yang berperan sebagai audiens yang lebih kritis terhadap penerimaan pesan edukasi kesehatan mental yang disebarluaskan.

- ii. Pertanyaan penelitian yang kedua adalah: Bagaimana struktur pemaknaan audiens pada pembacaan tersebut?

Dalam proses pemaknaan, YM dan KR sebagai audiens menangkap pesan yang disampaikan oleh kanal YouTube Satu Persen sebagai pesan yang dominan dan mengikuti struktur makna yang telah dibangun oleh produsen pesan dan berdiri pada dominan-hegemonik. Meskipun terdapat beberapa perbedaan dalam pemaknaan antara produsen pesan dan audiens, audiens secara umum menerima dan memahami pesan tersebut dengan baik. Informan ZA memperlihatkan sikap yang lebih kritis dan mempertimbangkan sudut pandang alternatif, sehingga disimpulkan berada pada posisi ternegosiasi.

Jawaban atas pertanyaan penelitian adalah bahwa audiens Generasi Z memberikan pembacaan positif terhadap teks edukasi kesehatan mental di kanal YouTube Satu Persen dan pemaknaan mereka mengikuti struktur pesan yang dibangun oleh produsen pesan. Namun, terdapat perbedaan individual dalam pemaknaan, dengan beberapa audiens menunjukkan sikap yang lebih kritis dan mempertimbangkan sudut pandang alternatif. Dengan demikian, penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang resespsi Generasi Z terhadap penyebaran edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen dan menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan.

Teori resespsi oleh Stuart Hall menggarisbawahi peran penting dari infrastruktur teknis, relasi produksi, dan bingkai pengetahuan dalam pemaknaan audiens Generasi Z terhadap pesan kesehatan mental yang disebarluaskan dalam kanal YouTube Satu Persen. Infrastruktur teknis, seperti platform YouTube dan media digital secara umum, memberikan wadah dan alat yang digunakan oleh produsen pesan untuk menyampaikan pesan mereka kepada audiens. Dalam kasus ini, YouTube sebagai kanal penyampaian pesan memiliki fitur-fitur seperti visual, audio, dan interaktivitas yang memengaruhi cara audiens menerima dan memahami pesan. Infrastruktur teknis ini memainkan peran penting dalam membentuk cara audiens berinteraksi dengan konten, seperti penggunaan gambar, musik, dan narasi dalam video yang mempengaruhi daya tarik dan pemahaman audiens terhadap pesan kesehatan mental.

Selanjutnya, relasi produksi juga berpengaruh terhadap pemaknaan audiens. Relasi produksi mencakup hubungan antara produsen pesan dan audiens dalam konteks sosial yang lebih luas. Produsen pesan dalam kanal YouTube Satu Persen memiliki peran sebagai penyampai pesan kesehatan mental dan memiliki otoritas yang diberikan oleh audiens sebagai sumber informasi yang kredibel. Audiens, di sisi lain, memiliki posisi sebagai penerima pesan dan dapat memberikan umpan balik atau menegosiasikan pemaknaan mereka terhadap pesan tersebut. Relasi produksi ini mempengaruhi cara audiens

memahami dan merespons pesan, serta memainkan peran dalam pembentukan pemaknaan yang diterima.

Dalam konteks teori resepsi, relasi produksi juga mencakup status ekonomi sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi hubungan antara produsen pesan dan audiens. Status ekonomi dapat memengaruhi distribusi kekuasaan dan akses terhadap produksi pesan.

Dalam masyarakat yang didasarkan pada struktur ekonomi yang tidak merata, produsen pesan sering kali berasal dari kelompok yang memiliki kekuatan ekonomi yang lebih tinggi. Mereka memiliki akses yang lebih besar terhadap sumber daya, teknologi, dan platform media. Dengan demikian, mereka dapat memiliki kontrol yang lebih besar atas produksi dan distribusi pesan. Di sisi lain, audiens yang berada dalam posisi ekonomi yang lebih rendah mungkin memiliki keterbatasan akses terhadap media, informasi, dan pengetahuan. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam merespons pesan, memilih konten yang dikonsumsi, dan berpartisipasi dalam proses pemaknaan.

Selain itu, status ekonomi juga dapat memengaruhi cara produsen pesan memandang audiens. Produsen pesan mungkin memiliki target audiens tertentu berdasarkan segmen pasar yang ingin mereka capai. Dalam hal ini, status ekonomi audiens dapat menjadi pertimbangan dalam strategi komunikasi dan pemilihan isi pesan. Dengan demikian, status ekonomi dapat memainkan peran dalam relasi produksi, mempengaruhi distribusi kekuasaan, akses, dan kontrol terhadap produksi dan konsumsi pesan. Namun, penting untuk diingat bahwa relasi produksi juga melibatkan faktor-faktor sosial, budaya, politik, dan ideologi yang saling terkait dan saling mempengaruhi.

Frame of knowledge atau bingkai pengetahuan juga memengaruhi pemaknaan audiens. Bingkai pengetahuan ini mencakup nilai-nilai, keyakinan, dan norma yang ada dalam masyarakat yang mempengaruhi cara audiens memahami dan menafsirkan pesan. Dalam konteks ini, audiens Generasi Z mungkin memiliki frame of knowledge yang berkaitan dengan isu-isu kesehatan mental, seperti stigma terhadap gangguan mental atau

persepsi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. *Frame of knowledge* ini dapat mempengaruhi pemahaman dan respons audiens terhadap pesan kesehatan mental yang disebarluaskan dalam kanal YouTube Satu Persen.

Dengan demikian, infrastruktur teknis, relasi produksi, dan *frame of knowledge* memiliki peran yang signifikan dalam pemaknaan audiens Generasi Z terhadap pesan kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen. Memahami peran faktor-faktor ini membantu menggambarkan konteks yang lebih luas dalam pemaknaan audiens terhadap pesan, serta memberikan wawasan yang lebih komprehensif dalam analisis resensi terhadap konten yang disebarluaskan melalui media digital.

Sebagai seorang Gen Z yang cenderung menerima pesan kesehatan mental secara positif, penelitian ini memiliki relevansi yang sangat penting bagi penulis secara pribadi. Dalam era digital ini, platform seperti YouTube telah menjadi salah satu sumber utama informasi dan edukasi bagi generasi kita. Menyadari pentingnya kesehatan mental, penulis sering mencari konten yang dapat membantu penulis memahami dan meningkatkan kesehatan mental penulis. Temuan bahwa kanal YouTube Satu Persen dianggap sebagai sumber informasi kredibel, berkualitas tinggi, dan informatif tentang kesehatan mental oleh audiens Gen Z seperti penulis, memberikan keyakinan bahwa penulis telah memilih sumber yang tepat. Penulis menghargai cara penyampaian informasi yang mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Konten yang disajikan dalam bentuk video dengan penggunaan gambar, musik, dan narasi yang menggugah emosi penulis membuat penulis merasa terhubung dengan pesan yang disampaikan.

Penulis juga menyadari bahwa setiap individu memiliki pengalaman, latar belakang budaya, dan pandangan yang unik. Meskipun penulis cenderung menerima pesan kesehatan mental dengan sikap positif, penelitian ini mengingatkan penulis untuk tetap terbuka terhadap sudut pandang alternatif dan sikap yang lebih kritis. Penting untuk selalu melakukan evaluasi kritis terhadap informasi yang diterima dan mengakui bahwa tidak

semua pesan dapat diterima tanpa pertimbangan. Refleksi pribadi ini juga mendorong penulis untuk terus mencari sumber-sumber informasi yang beragam dan memperluas wawasan penulis tentang kesehatan mental. Penulis percaya bahwa dengan memperoleh pemahaman yang lebih luas, penulis dapat menjadi lebih sadar terhadap kesehatan mental penulis sendiri dan juga dapat membantu orang lain di sekitar penulis. Selain itu, penelitian ini juga memberikan inspirasi bagi penulis untuk terlibat aktif dalam diskusi dan dialog tentang kesehatan mental.

Penulis ingin berkontribusi dalam membangun pemahaman yang lebih baik tentang topik ini, baik melalui berbagi pengalaman pribadi, berpartisipasi dalam kelompok diskusi, atau bahkan dengan menginspirasi dan menciptakan konten kesehatan mental sendiri di platform digital. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan refleksi pribadi yang positif dan memperkuat keyakinan penulis terhadap pentingnya edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen. Besar harapan penulis bahwa penelitian ini dapat memberikan dampak yang lebih luas, tidak hanya bagi audiens Gen Z seperti penulis, tetapi juga bagi masyarakat secara keseluruhan dalam memperhatikan dan meningkatkan literasi dalam kesehatan mental.

4.2. Saran

Berdasarkan temuan yang dipaparkan di atas, beberapa saran dapat diberikan. Pertama, kanal YouTube Satu Persen dapat terus mengembangkan kontennya dengan tetap mempertimbangkan kebutuhan dan preferensi audiens Generasi Z. Mengadakan survei atau mendapatkan umpan balik langsung dari audiens dapat membantu dalam meningkatkan kualitas konten dan memastikan bahwa pesan yang disampaikan relevan dan dapat dipahami dengan baik.

Kedua, kanal YouTube Satu Persen juga dapat mempertimbangkan untuk melibatkan audiens dalam proses produksi konten. Melibatkan audiens dalam diskusi, konsultasi, atau wawancara dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang

harapan dan kebutuhan audiens, serta membangun hubungan yang lebih erat antara produsen pesan dan audiens.

Ketiga, penting bagi kanal YouTube Satu Persen untuk terus mendorong dialog dan diskusi tentang topik-topik yang mereka angkat. Mengajak audiens untuk berpartisipasi aktif, berbagi pandangan mereka, dan memberikan ruang bagi sudut pandang yang beragam dapat memperkaya konten dan memperluas wawasan tentang kesehatan mental.

Terakhir, penelitian ini telah mengungkapkan kebutuhan akan penelitian lanjutan mengenai resepsi dan pemaknaan audiens terhadap edukasi kesehatan mental di platform digital. Penelitian masa depan dapat mengeksplorasi lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi pemaknaan individu, peran konteks sosial dalam proses decoding, serta dampak dari pemaknaan yang berbeda-beda terhadap pemahaman dan tindakan terkait kesehatan mental.

Bab kesimpulan ini menggarisbawahi temuan utama penelitian dan memberikan saran yang relevan berdasarkan temuan tersebut. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang berharga dalam pemahaman tentang resepsi Generasi Z terhadap edukasi kesehatan mental dalam kanal YouTube Satu Persen dan membuka jalan bagi penelitian lanjutan di bidang ini.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2021). *Stress in America™ 2021: Pandemic Impedes Basic Decision-Making Ability* [Press release].
<https://www.apa.org/news/press/releases/2021/10/stress-pandemic-decision-making>
- Aslam, S. (2023). YouTube by the Numbers (2023): Stats, Demographics & Fun Facts. *Omnicore Agency*. <https://www.omnicoreagency.com/youtube-statistics/>
- Bethune, S. (n.d.). Gen Z more likely to report mental health concerns.
<https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>
- Boyd-Barrett, J.O. (1982). *Cultural Dependency and The Mass Media*, In T. Gurevitch, M. Bennet, J. Currna, & J. Woollacott (Eds.), *Culture, Society and the Media* (pp. 172-181). London Methuen. - References - Scientific Research Publishing. (n.d.).
- Broaddus, B. (2022). *Gen Z and the toll of the pandemic* - AP-NORC. AP-NORC -. <https://apnorc.org/projects/gen-z-and-the-toll-of-the-pandemic/>
- Brown, C. (2023, March 10). The Rise Of Mental Health Awareness Among Gen-Z: What This Means For Brand Marketing. *Forbes*.
<https://www.forbes.com/sites/forbesbusinesscouncil/2023/03/10/the-rise-of-mental-health-awareness-among-gen-z-what-this-means-for-brand-marketing/>
- Clinton, Bill. (2021). Pengguna Medsos di Indonesia Habiskan 25 Jam Per Bulan untuk Nonton YouTube. *Kompas.com*.
<https://tekno.kompas.com/read/2021/02/24/17020027/pengguna-medsos-di-indonesia-habiskan-25-jam-per-bulan-untuk-nonton-youtube>
- Creswell, J. W., & Gutterman, T. C. (2018). Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research, 6th Edition. *ResearchGate*.
https://www.researchgate.net/publication/324451568_Educational_Research_Planning_Conducting_and_Evaluating_Quantitative_and_Qualitative_Research_6th_Edition

- Desi, K. (2016). Pengaruh Intensitas Mengakses Fitur-Fitur Gadget Dan Tingkat Kontrol Orangtua Terhadap Kesehatan Mental Remaja.
- Esposito, A. (2022). Gen Z, in Their Own Words: What They Really Want from Brands and Retailers. *Retail TouchPoints*.
<https://www.retailtouchpoints.com/topics/consumer-trends/gen-z-in-their-own-words-what-they-really-want-from-brands-and-retailers>
- Fatimah, F. (2019). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam di SMP Piri Jati Agung. *Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung*.
- Gashya, K. S. A., & Alamiyah, S. S. (2019). The Millennial Use of Mental Health Service Instagram Account,@ Riliv, in Surabaya. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(2), 14-22.
- Goodrow, C. (2017). You know what's cool? A billion hours. *blog.youtube*.
<https://blog.youtube/news-and-events/you-know-whats-cool-billion-hours/>
- Hall, S. (1973). *Encoding and Decoding in the television discourse*.
<https://www.semanticscholar.org/paper/Encoding-and-Decoding-in-the-television-discourse-Hall/9d8d680436345535ae2598f9e6786c68d4143f9b>
- Hall, S. (2019). Encoding—Decoding (1980). *Routledge eBooks*, 44–55.
<https://doi.org/10.4324/9780367809195-6>
- Hall, S. (1982). *The Rediscovery of “Ideology” Return of the Repressed in Media Studies*. In T. Gurevitch, M. Bennet, J. Currna, & J. Woollacott (Eds.), *Culture, Society and the Media* (pp. 56-90). London Methuen. - References - Scientific Research Publishing. (n.d.).
[https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qlt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2135249](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qlt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2135249)
- Jauss, H. R., & Benzinger, E. (1970). Literary History as a Challenge to Literary Theory. *New Literary History*, 2(1), 7–37. <https://doi.org/10.2307/468585>

- Jeong, A. (2021). Gen Z most stressed by coronavirus, citing pandemic toll on careers, education and relationships, poll says. *Washington Post*.
<https://www.washingtonpost.com/health/2021/12/07/gen-z-covid-pandemic-stress-mental-health/>
- Kang, M., Jeong, E. K., & Cho, H. (2020). The Immersion Factors and Characteristics of Youtube Channels for Generation Z. *The Journal of the Korea Contents Association*, 20(2), 150–161. <https://doi.org/10.5392/jkca.2020.20.02.150>
- Kemp, S. (2023). Digital 2023: Indonesia — DataReportal – Global Digital Insights. *DataReportal – Global Digital Insights*.
<https://datareportal.com/reports/digital-2023-indonesia>
- Kreps, G. L. (1988). The Pervasive Role of Information in Health and Health Care: Implications for Health Communication Policy. *Annals of the International Communication Association*, 11(1), 238–276.
<https://doi.org/10.1080/23808985.1988.11678690>
- Latipun, M. N. (2007). Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan.
- Lund, C., De Silva, M., Plagerson, S., Cooper, S., Chisholm, D., Das, J., Knapp, M., & Patel, V. (2011). Poverty and mental disorders: breaking the cycle in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 378(9801), 1502–1514.
[https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(11\)60754-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(11)60754-x)
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1984). Qualitative data analysis: A sourcebook of new methods. In *Qualitative data analysis: a sourcebook of new methods* (pp. 263-263).
- Mutia, A. (2022). Ini Provinsi dengan Angka Partisipasi di Perguruan Tinggi Terendah Nasional 2021. *Katadata*.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/29/ini-provinsi-dengan-angka-partisipasi-di-perguruan-tinggi-terendah-nasional-2021>

- Notosoedirjo, M. & Latipun (2005) Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Noya, S., Priyowidodo, G., & Budiana, D. (2020). Penerimaan Audience Mengenai Mental Illness Dalam Film The Joker. *Jurnal e-Komunikasi*, 8(2).
- Ogilvy. (2022). Gen Z and Mental Health in The US. *Ogilvy*.
https://www.ogilvy.com/sites/g/files/dhpsjz106/files/pdfdocuments/Gen%20Z%20and%20Mental%20Health%20in%20the%20US_February%202022%20Report.pdf
- Pew Research Center. (2023). *Where Millennials end and Generation Z begins | Pew Research Center*.
<https://www.pewresearch.org/short-reads/2019/01/17/where-millennials-end-and-generation-z-begins/>
- Pieper, J., & Uden, M.V. (2005). Religion and Coping in Mental Health Care.
- Robinson, L. & Smith, M. (2021). Social Media and Mental Health. *HelpGuide*.
- Santika, E. F. (2023, March 15). Yogyakarta Masih Tertinggi, Ini Daerah yang Paling Gemar Membaca pada 2022. *Katadata*.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/03/15/yogyakarta-masih-tertinggi-ini-daerah-yang-paling-gemar-membaca-pada-2022>
- Satu Persen (n.d). Tentang Kami | Berkembang Bersama Kami, Satu Persen Setiap Harinya. <https://satupersen.net/about>.
- Sias. (2006). *Kesehatan Mental dan Terapi Psikologis*. Jakarta: Ruhama.
- Social Blade. (n.d). Satu Persen - Indonesian Life School's YouTube Stats (Summary Profile) - Social Blade Stats.
<https://socialblade.com/youtube/c/satupersenindonesianlifeschool>.
- Sugiono. (2008). Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta.

Taqwa, M. I. (2018). Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Stories dengan Kesehatan mental. *Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang*.

The Annie E. Casey Foundation. (2021, March 3). *Generation Z's Mental Health Issues*.

<https://www.aecf.org/blog/generation-z-and-mental-health>

Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51(1), 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>