

Pengaruh Terpaan Konten Youtube 1% Indonesian Life School Terhadap Pengetahuan Kesehatan Mental

Nurfitrianah¹, Sri Ekowati²
Email : nurfitrianah05@gmail.com¹, Ditaekowati246@gmail.com²
Universitas Persada Indonesia YAI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar pengaruh terpaan konten youtube 1% Indonesian life school terhadap pengetahuan kesehatan mental. penelitian ini menggunakan teori S-O-R, serta konsep yang berkaitan terpaan media, media sosial, youtube, pengetahuan dan kesehatan mental. Penelitian menggunakan kuantitatif, metode penelitian survei. Hasil pada uji korelasi terdapat hubungan kuat r hitung 0.775, koefisien determinasi sebesar 60.1%, nilai t hitung $> t$ tabel 12.160 > 1.984 artinya adanya pengaruh yang signifikan antara variabel X dan Y.

Kata kunci : Pengaruh, terpaan media, media sosial, youtube, konten, pengetahuan, kesehatan mental.

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out how much influence exposure to 1% of Indonesian Life School YouTube content had on mental health knowledge. This study S-O-R theory, as well as concepts related to media exposure, social media, YouTube, knowledge, and mental health. Research using quantitative, survey research methods. The results of the correlation test show a strong relationship between r count 0.775, coefficient of determination of 60.1%, t count $> t$ table 12,160 $> 1,984$ meaning that there is a significant influence between X and Y variables.

Keywords : Influence, media exposure, social media, youtube, content, knowledge, mental health.

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi komunikasi dan informasi kian begitu pesat memunculkan berbagai macam bentuk media dalam mendapatkan suatu informasi. Arus informasi semakin mengalir ke masyarakat akibat globalisasi dan kompleksitas teknologi komunikasi. Berbagai macam media bisa ditemukan pada media cetak, media massa, dan *new media*.

Media telah berkembang menjadi multiplatform, yang berarti mampu mengintegrasikan beragamelemen informasi seperti tulisan, suara, video, atau gambar menjadi satu kesatuan. Multiplatform ini dapat dimanfaatkan di media sosial atau media baru.

Terpaan media adalah intensitas khalayak dalam mengakses pesan-pesan yang disebarkan oleh pihak komunikator melalui media-media yang digunakan. Exposure dianggap sebagai tindakan mendengar, melihat, dan membaca cerita atau informasi yang berbasis media atau berasal dari pengalaman individu maupun

kelompok (Ardianto, 2014:168).

Media sosial kini dapat memberi kemudahan kepada kalayaknya untuk mencari berbagai informasi. Menurut Cahyono (2016:142) Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna untuk secara mudah terlibat, berbagi, dan menciptakan konten, termasuk jejaring sosial, blog, dan dunia maya lainnya. Beberapa pendapat menyatakan bahwa media sosial adalah bentuk media yang berbasis internet yang memfasilitasi interaksi sosial dengan orang lain melalui teknologi berbasis web yang mengubah komunikasi menjadi dialog antara individu lainnya.

Data statistik dalam laporan digital 2021 menunjukkan ada 170 juta orang dari total populasi 274,9 juta (61,8%) yang menjadi pengguna aktif media sosial. Angka ini meningkat 6,3% dibandingkan tahun sebelumnya. Mayoritas pengguna media sosial di Indonesiaberusia antara 25-34 tahun. Hal ini menyimpulkan bahwa orang dewasa adalah yang paling banyak menggunakan media sosial di Indonesia. Whatsapp, Instagram, Facebook dan Youtube adalah platform media sosial paling populer di Indonesia. (We Are Social, 2021).

Youtube adalah situs web yang

menampung video, tujuan utama platform ini adalah untuk mencari, melihat, dan membagikan konten asli dari seluruh penjuru dunia melalui web. (Budiargo, 2015;47). 1% Indonesian Life School merupakan sebuah perusahaan rintisan (startup) di bidang pendidikan yang fokus mengajarkan pengetahuan dan keterampilan hidup yang penting, namun jarang diajarkan di sekolah maupun di masyarakat secara umum.

1% Indonesian Life School berfokus pada audiens utamanya yang terdiri dari anak muda atau Generasi Z. Kemampuan youtube 1% memperkenalkan konten tentang pengetahuan kesehatan mental dan topik-topik berkualitas dengan ringan agar audiens 1% dapat dengan mudah memahami isi konten yang membuat satu persen disenangi oleh berbagai macam kalangan dalam memberikan informasi seputar pengetahuan kesehatan mental.

Pengetahuan kesehatan mental adalah pemahaman tentang kesehatan mental dan cara menjaganya. Pengetahuan ini penting untuk menekan kejadian gangguan mental. Kesehatan mental memengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan, berperilaku, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan orang lain.

Dikutip dari The Conversation.com, angka kasus gangguan kesehatan mental di Indonesia telah menunjukkan tren peningkatan sebelum pandemic COVID-19. Pandemi telah membuat masalah kesehatan jiwa semakin meningkat. Maka dari itu pengaruh media sosial berperan penting dalam menyebarkan informasi tentang pengetahuan kesehatan mental.

Beberapa penelitian mengemukakan bahwa Media sosial dapat bermanfaat bagi penderita gangguan kesehatan mental, tujuannya adalah untuk memfasilitasi hubungan sosial, memberikan dukungan untuk hubungan sosial, dan mengarahkan masyarakat tentang kesehatan mental dan memiliki akses ke layanan kesehatan mental (Fitri dan Fatahya, 2022:166)

2. KAJIAN TEORI

Teori S-O-R

Menurut McQuail (2010:467) menyatakan bahwa dasar teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori SOR (Stimulus, Organism, Respon), yang berpendapat bahwa perubahan sikap dipengaruhi oleh kualitas rangsangan yang berkomunikasi dengan organisme. Inti

dari teori ini adalah bahwa efek media pada individu dimulai dengan penerimaan atau eksposur terhadap beberapa pesan media. Hasilnya dapat dirasakan dalam jangka waktu tertentu dan seringkali berdampak pada banyak orang.

Komunikasi Kesehatan

Berdasarkan pendapat Notoatmodjo (dalam Harahap, 2019:108), komunikasi kesehatan merujuk pada upaya terstruktur untuk mempengaruhi perilaku kesehatan masyarakat secara positif melalui prinsip dan metode komunikasi yang beragam. Ini mencakup komunikasi interpersonal dan komunikasi massa.

Terpaan Media

Menurut Rosengeren (dalam Rakhmat, 2009:66) terpaan media sebagai penggunaan media yang terdiri dari jumlah waktu yang digunakan dalam berbagai media, jenis, isi media dan media yang dikonsumsi atau media secara keseluruhan.

Media Sosial

Menurut Boyd (dalam Nasrullah, 2016:11), media sosial dijelaskan sebagai kumpulan perangkat lunak yang memungkinkan individu dan komunitas untuk berkumpul, berbagi, berkomunikasi, dan dalam beberapa kasus, berkolaborasi atau bermain

bersama.

Konten

Menurut Fachruddin (2015: 305) Konten media adalah isi media komunikasi. Komoditas pertama dalam sebuah media adalah konten media.

Youtube

Youtube merupakan platform daring yang memungkinkan pengguna untuk mengunggah, menonton, dan berbagi video secara online dan youtube juga menyajikan beragam jenis konten video yang mencakup berbagai minat dan topik.

Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012:49) Pengetahuan yaitu hasil dari tahu dan itu terjadi ketika seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek.

Kesehatan Mental

Menurut Agung Rai (dalam Handayani, 2022: 16) Orang yang sehat jiwa adalah orang yang bebas dari gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, mampu menghadapi dan guncangan, memiliki fungsi psikologis yang harmonis, merasa dirinya berharga, berguna, dan bahagia, serta mampu memanfaatkan sumber daya yang tersedia.

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggali dan mengumpulkan informasi dengan memanfaatkan analisis statistik. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksplanatif bertujuan untuk memahami mengapa suatu peristiwa atau fenomena terjadi. Pada metode yang digunakan adalah survei, tujuan dari survei ini adalah untuk mendapatkan informasi yang relevan dari responden terkait dengan pertanyaan yang menjadi fokus penelitian. Populasi pada penelitian yaitu *followers* Instagram @satupersenofficial. Besar sampel yang didapatkan menggunakan rumus taro Yamane yaitu 100 orang. Penelitian ini menggunakan probability sampling dengan teknik simple random sampling Teknik yang digunakan untuk menjangkau responden *followers* akun Instagram @satupersenofficial yang menonton konten youtube Satu Persen Indonesian Life School.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian maka bahwa hasil perhitungan dilihat dari persentase yang paling tinggi di variabel terpaan konten youtube adalah dimensi atensi yaitu 92.8% dengan pernyataan memperhatikan konten Youtube 1% Indonesia Life School karena informasi yang disampaikan sangat mengedukasi dan memuaskan. Lalu, hasil perhitungan dilihat dari persentase yang paling tinggi di variabel Pengetahuan kesehatan mental (Y) adalah dimensi Tahuyaitu 92% pernyataan mengetahui isi konten Youtube 1% Indonesian Life School tentang kesehatan mental.

Pada uji korelasi mendapatkan nilai (r) sebesar 0,775 atau persentase 77,5%. Hal ini membuktikan terdapat hubungan kuat antara terpaan konten youtube terhadap pengetahuan kesehatan mental dan arah hubungan kedua variabel positif dikarenakan r positif.

Pada uji regresi linier sederhana diperoleh nilai constant variabel terpaan konten youtube sebesar 12,160 dan koefisien regresi sebesar 1,484. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh positif dari variabel terpaan konten youtube 1% Indonesian life school terhadap pengetahuan kesehatan mental.

Pada uji koefisien determinasi nilai

koefisien antara variabel (x) terhadap variabel (y) sebesar 0,775 berarti terdapat hubungan yang kuat antara kedua variabel. Dari hasil data R square (R^2) untuk variabel X dan Y sebesar 0,601 atau bisa dibaca presentase sebesar 60,1% sementara 39,9% faktor lainnya.

Pada hasil uji hipotesis menunjukkan t hitung lebih besar dari t tabel atau $12,160 > 1,984$ sehingga H_0 di tolak dan H_a diterima artinya terpaan konten youtube 1% Indonesian life school berpengaruh besar terhadap pengetahuan kesehatan mental.

5. KESIMPULAN

- a. Pengaruh positif yang signifikan pada variabel terpaan konten youtube 1% Indonesian life school terhadap pengetahuan kesehatan mental pada *followers* Instagram@satupersenofficial.
- b. Tingkatan capaian responden pada variabel terpaan konten youtube dan variabel pengetahuan kesehatan berada pada nilai rata-rata dengan kategorisangat baik.
- c. Adanya kontribusi variabel terpaan konten youtube 1% Indonesian life school terhadap variabel pengetahuan

kesehatan mental yaitu sebesar 60,1%. Sedangkan hal ini dibuktikan dari nilai r square yaitu 0.601

DAFTAR PUSTAKA

- Ardianto, Elvinaro, dkk. (2014). Komunikasi Massa Suatu Pengantar. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Budiargo, Dian. 2015. Berkomunikasi Ala Net Generation. Jakarta: PTElex Media Komputindo.
- Cahyono, dan Anang Sugeng. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. Jurnal Vol. 9No.1
- Digital 2021: The Latest Insights Into The 'State Of Digital'<https://Wearesocial.Com/Uk/Blog/2021/01/digital-2021-the-latest-insights-into-the-state-of-digital/>
- Fachruddin, Andi. 2015. Dasar- Dasar Produksi Televisi. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Fatahya dan Abidin, Fitri Ariyanti. (2022). Literasi Kesehatan Mental dan Status Kesehatan Mental Dewasa Awal Pengguna MediaSosial. VOL 6 NO 2 (2022): HIGEIA: APRIL 2022

- Handayani, Sri Eka. 2022. Kesehatan Mental. Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari.
- Harahap, Reni Agustina. 2019. Buku Ajar Komunikasi Kesehatan. Jakarta: Prenadamedia Group.
- McQuail, D. (2010). Teori Komunikasi Massa McQuail, Edisi 6 Buku. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nasrullah, Rulli. 2016. Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, Sosioteknologi.
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rhineka cipta.
- Rakhmat, Jalaludin. 2009. Pusat Bahasa Komunikasi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Riset: sebanyak 2,45 juta remaja di Indonesia tergolong sebagai Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).
<https://theconversation.com/riset-sebanyak-2-45-juta-remaja-di-indonesia-tergolong-sebagai-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj-191960>