

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mental Health atau kesehatan yang kita maksud atau pahami dengan sebutan kesehatan mental masih menjadi topik menarik yang terjadi di seluruh dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, kesehatan mental adalah keadaan sejahtera di mana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan bermanfaat, serta mampu memberikan kontribusi terhadap kesehatan komunitasnya. Kesehatan mental adalah landasan mendasar bagi kesejahteraan individu dan berfungsinya komunitas secara efektif, karena penyakit mental memengaruhi cara seseorang berpikir tentang dirinya sendiri, cara mereka berinteraksi dengan orang lain, dan cara mereka memandang dunia. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) gangguan jiwa yang merupakan gangguan kejiwaan yang paling banyak dan sering terjadi. Kesehatan mental juga merupakan masalah utama global, dengan satu dari delapan orang di seluruh dunia, atau sekitar 970 juta orang, mengalami masalah kesehatan mental. Di tingkat global, pada tahun 2019, 1 dari 8 orang dilaporkan mengalami tekanan psikologis, yang setara dengan sekitar 970 juta orang (World Health Organization, 2022).

Kesehatan mental telah menjadi isu global yang mendesak untuk diatasi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 300 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi, menjadikannya gangguan mental yang paling umum dan salah satu penyebab utama disabilitas secara global (WHO, 2020). Kesehatan mental telah berkembang menjadi salah satu isu kesehatan global yang semakin mendapat perhatian, terutama di era modern yang ditandai oleh perubahan sosial, teknologi dan budaya yang cepat. Dalam laporan terbaru, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan, menyumbang lebih dari 10%

beban penyakit global, dengan prevalensi terus meningkat setiap tahunnya (WHO, 2020). Perubahan gaya hidup modern, seperti tekanan pekerjaan, isolasi sosial akibat urbanisasi, serta ketergantungan pada teknologi digital, menjadi faktor signifikan yang memperburuk kondisi kesehatan mental masyarakat (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2021).

Jumlah orang yang mengalami masalah kesehatan mental telah meningkat dan bahkan menjadi suatu perhatian yang serius di seluruh dunia. Dikarenakan masalah ini merupakan masalah yang kompleks dan membutuhkan pendekatan multidisiplin untuk menangani dan mengatasinya. Peningkatan penyakit mental ini telah memaksa para ahli kesehatan bidang kejiwaan ini berjuang lebih keras untuk mengurangi gejala dan dampaknya. Bahkan dengan adanya peningkatan kesadaran tentang masalah ini, masih saja terdapat banyak orang yang mengalami masalah mental dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai dan layak (World Health Organization, 2022).

Fenomena ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan mental tidak lagi dipandang sebagai isu yang bersifat sekunder, melainkan telah menjadi bagian penting dari sistem kesehatan global dan nasional. Pemerintah, organisasi internasional dan ahli kesehatan. Bukan hanya para ahli kesehatan saja yang perlu berjuang. Kita sebagai warga global juga harus bertanggung jawab untuk memerangi masalah kesehatan mental yang menjadi masalah global saat ini. Mengingat bahwa hal-hal sederhana yang kita lakukan sehari-hari sebenarnya memiliki pengaruh yang signifikan yang jelas secara global. Baik secara seseorang yang tidak memiliki gangguan mental maupun yang memiliki gangguan mental dapat sama-sama melakukan tindakan yang mampu mengurangi adanya gangguan kesehatan mental di masyarakat. Dukungan ini sangat penting untuk menghadapi tantangan kesehatan mental yang terus berkembang di era modern, di mana tekanan hidup yang semakin kompleks dan intens di kedepannya (United Nations, 2022).

Gangguan mental, seperti depresi, tidak hanya menjadi masalah kesehatan yang meluas tetapi juga memberikan dampak signifikan pada berbagai aspek kehidupan, baik secara individu maupun sosial. Secara individu, depresi dapat

menurunkan kualitas hidup seseorang, mempengaruhi kemampuan untuk menjalankan aktivitas sehari-hari, dan merusak hubungan interpersonal. Yang menderita penyakit ini sering kali mengalami kesulitan dalam mempertahankan pekerjaan, melanjutkan pendidikan atau bahkan memenuhi kebutuhan dasar akibat rendahnya energi, motivasi dan konsentrasi.

Secara sosial, dampak depresi terasa dalam bentuk meningkatnya beban ekonomi dan sosial yang harus ditanggung oleh masyarakat. Depresi berkontribusi terhadap penurunan produktivitas tenaga kerja, tingginya angka absensi kerja, serta biaya kesehatan yang membebani sistem kesehatan nasional. Data dari kementerian Kesehatan Republik Indonesia dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mencatat bahwa prevalensi gangguan mental yaitu depresi pada penduduk usia di atas 15 tahun mencapai 1,4% pada tahun 2018, dengan banyak kasus yang tidak terdeteksi atau tidak mendapatkan penanganan yang memadai Laporan Riskesdas 2023 Nasional (2023)

Provinsi	Depresi*		N Tertimbang
	%	95% CI (%)	
Aceh	0.8	0.6-1.1	11.858
Sumatera Utara	1.2	0.9-1.6	33.667
Sumatera Barat	0.8	0.6-1.0	12.973
Riau	0.6	0.5-0.8	14.408
Jambi	0.3	0.2-0.4	7.890
Sumatera Selatan	0.5	0.4-0.6	19.282
Bengkulu	0.5	0.4-0.8	4.674
Lampung	0.5	0.4-0.6	20.646
Kepulauan Bangka Belitung	0.3	0.2-0.4	3.439
Kepulauan Riau	0.5	0.3-0.8	4.778
DKI Jakarta	1.5	1.2-2.0	24.697
Jawa Barat	3.3	3.0-3.7	113.568
Jawa Tengah	1.0	0.9-1.2	86.668
DI Yogyakarta	1.5	1.2-1.8	8.827
Jawa Timur	0.7	0.6-0.8	97.746
Banten	1.7	1.3-2.4	27.507
Bali	0.2	0.1-0.3	10.412
Nusa Tenggara Barat	1.3	1.0-1.8	11.964
Nusa Tenggara Timur	1.1	0.9-1.3	11.779
Kalimantan Barat	0.5	0.4-0.7	12.525
Kalimantan Tengah	0.3	0.2-0.4	6.163
Kalimantan Selatan	0.5	0.4-0.7	9.301
Kalimantan Timur	2.2	1.7-2.7	8.850
Kalimantan Utara	0.5	0.3-0.9	1.637
Sulawesi Utara	1.4	1.0-1.8	6.178
Sulawesi Tengah	1.5	1.1-1.9	6.832
Sulawesi Selatan	1.7	1.4-2.0	21.208
Sulawesi Tenggara	0.8	0.6-1.0	5.912
Gorontalo	1.0	0.7-1.5	2.753
Sulawesi Barat	0.6	0.4-0.9	3.171
Maluku	0.7	0.5-0.9	4.273
Maluku Utara	0.7	0.5-0.9	2.920
Papua Barat	0.7	0.4-1.1	1.219
Papua Barat Daya	1.1	0.7-1.7	1.359
Papua	0.6	0.4-0.9	2.059
Papua Selatan	0.5	0.3-1.1	982
Papua Tengah	1.0	0.5-2.0	3.249
Papua Pegunungan	0.8	0.4-1.9	3.454
INDONESIA	1.4	1.3-1.5	630.827

*berdasarkan MINI: Mini International Neuropsychiatric Interview

Gambar 1.1 Prevalensi Depresi pada Penduduk Usia > 15 Tahun

Sumber : Laporan Riskesdas Nasional 2023

Pandangan sosial yang masih melekat terhadap kesehatan mental semakin memperburuk situasi ini, membuat penderita tidak mencari penanganan atau bantuan dari profesional meskipun terdapat layanan sudah tersedia. Dampak ini seringkali ditunjukkan bahwa depresi tidak hanya menjadi masalah individu, tetapi juga menjadi sebuah tantangan sosial yang memerlukan pendekatan lintas sektor, termasuk melalui kebijakan kesehatan mental yang komprehensif dan peningkatan kesadaran masyarakat. Dukungan yang lebih besar terhadap individu dengan depresi dapat berkontribusi secara signifikan pada peningkatan kualitas hidup dan produktivitas sosial.

Konteks penelitian ini ialah media diposisikan bukan sebagai alat penggerak opini publik, melainkan sebagai teks budaya yang menyimpan sistem tanda. Drama sebagai produk media, khususnya drama Korea, menyampaikan pesan melalui struktur naratif dan elemen visual yang membentuk makna. Dengan pendekatan semiotika, teks media seperti *Daily Dose of Sunshine* dapat dianalisis untuk menggali bagaimana makna tentang depresi dikonstruksikan melalui tanda–tanda yang muncul, bukan semata–mata bagaimana masyarakat meresponnya.

Tenaga kesehatan mental, termasuk perawat psikiatri, sering kali dipandang sebagai sosok profesional yang kuat secara emosional dan mampu menangani berbagai kondisi pasien dengan stabil. Namun, berbagai penelitian justru menunjukkan kenyataan yang berbeda. Perawat yang bekerja di layanan kesehatan mental berada pada posisi yang sangat rentan terhadap gangguan psikologis, mulai dari stres berat, kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), burnout, kecemasan, hingga depresi. Temuan ini diperkuat oleh meta-analisis (O'Connor et al., 2019) yang mencatat tingginya angka burnout di kalangan perawat kesehatan mental di berbagai negara.

Sehari-hari, perawat psikiatri berhadapan dengan beban kerja yang tidak ringan. Mereka dituntut untuk tetap tenang, sabar, dan empatik, meskipun sering menghadapi pasien dengan perilaku yang tidak terduga atau agresif. Di saat yang sama, mereka harus menjaga hubungan terapeutik yang dekat dengan pasien, namun tetap dalam batas profesional yang aman. Tekanan seperti ini,

menurut Lee dan Kim (2020), berpengaruh besar terhadap munculnya burnout, terutama pada aspek kelelahan emosional dan depersonalisasi.

Beberapa penelitian dan tinjauan sistematis menunjukkan bahwa burnout sangat tinggi pada perawat dan tenaga kesehatan, sering kali mencapai angka di atas 30–40% karena beban kerja yang emosional dan intens: prevalensi burnout di kalangan perawat bisa mencapai lebih dari 40%, dengan kelelahan emosional dan depersonalisasi sebagai komponen utama dalam banyak studi tentang burnout dalam keperawatan klinis secara umum (Saquing et al., 2025). Kondisi ini sering disebut sebagai *caregiver burden*, yaitu situasi ketika perawat memberikan perhatian penuh kepada pasien tetapi pada saat yang sama mengalami tekanan mental yang tidak kalah berat.

Inilah yang kemudian menimbulkan sebuah paradoks. Perawat yang seharusnya memberikan dukungan emosional dan membantu proses pemulihan pasien justru bisa berada dalam kondisi psikologis yang rapuh. Budaya profesional yang menuntut mereka untuk selalu tampak tegar dan tidak menunjukkan kelemahan membuat kondisi ini sering tidak terlihat. Banyak perawat menekan perasaan mereka sendiri demi menjaga sikap profesional, sehingga kerentanan mental yang mereka alami tidak mudah terdeteksi (Lestari et al., 2023).

Paradoks ini terlihat jelas dalam drama *Daily Dose of Sunshine* melalui tokoh perawat Jung Da-eun. Meski bekerja membantu pasien dengan penuh empati, ia justru mengalami tekanan emosional, kesalahan prosedur, dan konflik interpersonal yang membuat kondisi mentalnya semakin tidak stabil. Gambaran tersebut memperlihatkan bahwa tenaga kesehatan mental bukanlah sosok yang kebal terhadap gangguan psikologis, melainkan individu yang juga memiliki batas emosional dan membutuhkan ruang untuk pulih.

Drama *Daily Dose of Sunshine* bukan hanya populer karena tema kesehatan mentalnya, tetapi juga mendapatkan berbagai penghargaan bergengsi dan pengakuan di kancah internasional. Drama ini meraih *Best Drama* dan *Best Actress Award* di *Blue Dragon Series Awards 2024*, serta nominasi untuk *International Emmy Awards 2024* di kategori serial komedi internasional,

menunjukkan bahwa kualitas cerita dan produksinya diakui secara global. Pemeran utamanya, Park Bo-Young, juga memperoleh beberapa penghargaan individu seperti *Actress of the Year* di *Cine21 Awards* karena kemampuannya memerankan seorang perawat yang kompleks dan emosional dengan sangat kuat (MacDonald, 2024).

Adapun selain mendapat prestasi penghargaan, *Daily Dose of Sunshine* juga mendapat respon positif dari kritikus dan penonton internasional karena penyajiannya yang sensitive dan informatif terhadap isu Kesehatan mental termasuk depresi, kecemasan dan gangguan psikiatri lain. Serial ini dipuji karena mengangkat stigma terhadap masalah Kesehatan mental, memberikan realistic tentang tantangan para perawat di bangsal kejiwaan dan mendorong kesadaran public tentang pentingnya empati dan dukungan psikososial.

Daily Dose of Sunshine merupakan adaptasi dari webtoon berjudul *Jungshinbyeongdong Ilji* karya Lee Ra-ha, yang menceritakan pengalaman seorang perawat psikiatri bernama Jung Da-Eun dalam merawat pasien-pasien dengan berbagai gangguan mental. Drama ini menghadirkan kisah nyata dengan sudut pandang humanis, dan menyajikan kondisi depresi secara mendalam: mulai dari gejala klinis seperti kehilangan motivasi, keinginan bunuh diri, hingga perjuangan pasien dalam menjalani hidup sehari-hari. Yang membuat drama ini istimewa adalah bagaimana ia menghadirkan gangguan mental sebagai realitas yang dekat, bukan sesuatu yang ditakuti atau distigmatisasi, sambil tetap menekankan pentingnya empati, dukungan sosial, dan profesionalisme dalam dunia psikiatri

Untuk memahami makna yang dibentuk oleh drama ini, pendekatan semiotika Roland Barthes digunakan sebagai landasan teori. Barthes memandang teks media sebagai system tanda yang mengandung makna pada tiga tingkatan: denotasi (makna literal), konotasi (makna emosional/kultural), dan mitos (makna ideologis atau nilai sosial yang lebih besar) (Sobur, 2009).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pendekatan semiotika Barthes tetap relevan dalam menganalisis media kontemporer. Misalnya, pada penelitian terdahulu ini menggunakan teori semiotika Roland Barthes untuk menganalisis

iklan kopi Gula Aren versi Ari Irham, mengungkapkan bahwa iklan tersebut mengandung makna denotatif, konotatif, dan mitos yang berkaitan dengan tema cinta, kebahagiaan, dan kesehatan. Demikian pula, Ayuni et al. (2021) menerapkan analisis semiotika Barthes pada iklan layanan publik Pemerintah Provinsi Bali tentang relaksasi pajak kendaraan bermotor, menemukan bahwa iklan tersebut menyampaikan pesan moral melalui makna denotatif, konotatif, dan mitos.

Penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pemahaman akademis tentang representasi makna dalam teks media, tetapi juga memiliki nilai praktis dalam mendorong literasi media dan meningkatkan sensitivitas masyarakat terhadap isu kesehatan mental. Pemaknaan yang tepat terhadap teks-teks budaya seperti drama Korea menjadi penting dalam membangun sikap empatik, serta menciptakan ruang diskusi yang lebih terbuka dan inklusif terkait gangguan mental, terutama depresi.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana drama Korea *Daily Dose of Sunshine* menggambarkan usaha perawat psikiatri membangun komunikasi terapeutik disaat mereka mengalami hal yang sama?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis drama Korea *Daily Dose of Sunshine* yang merepresentasikan upaya perawat psikiatri dalam membangun komunikasi terapeutik dengan pasien disaat mereka mengalami hal yang sama.

1.4 Manfaat Penelitian

- a) Manfaat Akademis, penelitian ini akan memberikan sumbangan dalam kemajuan pengetahuan ilmu komunikasi, dan dapat berperan sebagai tambahan bacaan dan referensi bagi para pembaca, khususnya mahasiswa

program studi Ilmu Komunikasi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya.
Bagi Masyarakat

- b) Manfaat Praktis, dari perspektif praktis penelitian ini dapat menyediakan informasi yang berguna, wawasan yang berharga serta pengetahuan tambahan dalam bidang perfilman dan juga tentang metode semiotika.