



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 5351-5365

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Analisis Resepsi Gen Z Terhadap Isu Kesehatan Mental Dalam Film Dokumenter “Selena Gomez: My Mind & Me”

Mohammad Kafi Putra Jauhari^{1✉}, Heidy Arviani²

(1) Mahasiswa Ilmu Komunikasi, UPN “Veteran” Jawa Timur

(2) Dosen Ilmu Komunikasi, UPN “Veteran” Jawa Timur

Email: 19043010098@student.upnjatim.ac.id^{1✉}

Abstrak

Film dokumenter merupakan suatu film yang mendokumentasikan cerita nyata yang dilakukan berdasarkan unsur-unsur fakta. Salah satu film yang membahas tentang kesehatan mental yang dialami oleh seseorang adalah film Selena Gomez: My Mind & Me. Trailer dari film ini dirilis pada 10 Oktober 2022 yang bertepatan pada Hari Kesehatan Mental Sedunia. Kesehatan mental merupakan suatu kondisi mental seseorang yang baik. Gen-Z merupakan generasi yang memiliki kecenderungan permasalahan kesehatan mental dari generasi lain, mereka berjuang mencari kesejahteraan psikologi ini disebabkan karena generasi ini mengalami tekanan hampir dua kali lipat dibanding generasi tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui resepsi para Gen Z terhadap isu Kesehatan Mental dalam film dokumenter Selena Gomez: My Mind & Me. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan analisis resepsi. Hasil penelitian dengan melihat tokoh yang terkenal, publik figur, atau melihat tokoh yang dikagumi berbicara secara terbuka tentang kesehatan mental dapat mengurangi stereotip dan menormalkan kondisi kesehatan mental.

Kata Kunci: *Analisis Resepsi, Film Dokumenter, Gen Z, Kesehatan Mental, Selena Gomez*

Abstract

Documentary film is a film that documents real stories based on factual elements. One of the films that discusses a person's mental health is the film Selena Gomez: My Mind & Me. The trailer for this film was released on October 10, 2022 which coincides with World Mental Health Day. Mental health is a person's good mental condition. Gen-Z is a generation that has a tendency towards mental health problems from other generations, they struggle to find psychological well-being because this generation experiences almost twice as much pressure as the older generation. This study aims to determine the reception of Gen Z to Mental Health issues in the documentary Selena Gomez: My Mind & Me. The method used is qualitative research using reception analysis. The results of research by seeing famous figures, public figures, or seeing admired figures speak openly about mental health can reduce stereotypes and normalize mental health conditions.

Keyword: *Documentaries, Gen Z, Mental Health, Reception Analysis, Selena Gomez*

PENDAHULUAN

Film merupakan sebuah media komunikasi massa yang sangat digemari oleh banyak penonton dikarenakan mampu memberikan hiburan yang diinginkan, walaupun adanya dominasi fungsi hiburan dalam sejarah film (Khayrunnisa Bayanuddin et al., n.d.) Film merupakan salah satu bentuk untuk penyampaian pesan, baik dalam bentuk pesan moral, etika, maupun politik. Film juga salah satu karya estetika dan alat informasi yang memiliki sifat menghibur dan dapat menjadi sarana edukasi bagi penikmat film itu sendiri (Kamil, n.d.). Film dikelompokkan pada jenis film dokumenter (*documentary films*), film cerita pendek (*short films*) dan film bercerita panjang (*feature-length films*), sedangkan film telah diatur fungsinya dalam UU No. 33 tahun 2009 pada bab 2 pasal 4 yaitu; budaya, pendidikan, hiburan, informasi, pendorong karya kreatif, dan ekonomi (Fathurizki et al., 2018). Seiring berkembangnya dunia perfilman, sebagai penikmatnya kita harus memahami dengan baik isi dari film dan dapat mengambil nilai-nilai positif yang ada untuk dapat berpengaruh dan menjadi bekal dalam pembelajaran hidup kedepannya.

Sebagai komunikasi massa, film juga mengandung unsur pesan-pesan yang dikemas dalam bentuk cerita fiksi dan untuk menyaksikannya, seorang konsumen (khalayak) harus membayarnya. Film dokumenter merupakan suatu film yang mendokumentasikan cerita nyata yang dilakukan berdasarkan unsur-unsur fakta, pada film dokumenter unsur hiburan tidak terlalu ditonjolkan, karena yang menjadi poin penting tentunya adalah pesan khusus dari tema film dokumenter (Khayrunnisa Bayanuddin et al., n.d.). Film dokumenter adalah upaya menceritakan kembali sebuah kejadian atau realitas menggunakan fakta dan data. Film dokumenter masih jarang

dinikmati oleh seluruh masyarakat, namun jika dikemas dengan baik dan informatif, maka dapat menjadi tontonan yang menarik dan mengerti dengan apa yang diinformasikan (Arie Atwa Magriyanti & Hendri Rasminto, 2020).

Mental Health atau kesehatan mental merupakan suatu kondisi mental seseorang yang baik dalam artian kondisi dimana batin berada dalam keadaan yang tenang. Sebaliknya orang yang kesehatan mental atau kejiwaannya terganggu biasa disebut dengan *Mental Disorder* atau suatu gangguan kejiwaan dan kekacauan fungsi mental yang disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan ataupun stimuli eksternal dan ketegangan sehingga muncul gangguan pada struktur kejiwaan (Mubasyaroh, 2013). Jangkauan umur yang paling rentan terhadap masalah kesehatan mental yaitu umur kurang dari 24 tahun dengan mayoritas umur 18 tahun, faktor penyebab kerentanan ini dapat dikaitkan dengan peristiwa hidup penting yang spesifik seperti hidup sendiri, atau memulai karir (Mikael et al., n.d.).

Tingkat depresi di kalangan anak muda (15-24 tahun) adalah 6,2%. Dalam depresi berat ada kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri bahkan bunuh diri. 80-90% kasus bunuh diri disebabkan oleh depresi dan kecemasan. Mungkin ada 10.000 kasus bunuh diri di Indonesia, atau jumlah yang setara untuk setiap kasus bunuh diri. merencanakan bunuh diri dan 3% mencoba bunuh diri. Depresi remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti: tekanan akademik, perundungan (*bullying*), faktor keluarga dan masalah keuangan (Rachmawati, 2020). Film dokumenter ini dapat diakses secara legal 2 hari setelahnya melalui platform Apple TV+. Trailer dari film dokumenter Selena Gomez: My Mind & Me dirilis pada 10 Oktober yang bertepatan pada *World Mental Health Day*. Film dokumenter ini mencoba mendokumentasikan perjalanan 6 tahun dari musisi Selena Gomez disutradarai oleh Alek Keshishian, yang merupakan saudara dari manager musisi tersebut, Aleen Keshishian. Generasi Z adalah kelompok individu yang mengalami dan menyaksikan kecanggihan era digital. Hal ini membuat generasi Z dapat mengakses informasi dengan mudah dan cepat. Generasi Z juga lebih sering berkomunikasi secara intens dengan kelompoknya melalui teknologi yaitu sosial media, seperti *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, dan berbagai sosial media lainnya. Film dokumenter "Selena Gomez: My Mind & Me nantinya diharapkan akan membuka wawasan penonton mengenai sebagian kecil (mengenai isu kesehatan mental). Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, penelitian ini akan berfokus pada bagaimana penerimaan para *Gen Z* terhadap isu kesehatan mental yang terdapat di dalam film dokumenter "Selena Gomez: My Mind & Me".

METODE PENELITIAN

Penelitian yang berjudul "Analisis Resepsi Gen Z terhadap Isu Mental Health dalam film dokumenter Selena Gomez: My Mind & Me" merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut Creswell, penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan mempelajari dan memahami gejala secara terpusat (Raco, 2010). Hasil penelitian ini dikumpulkan dan biasanya berupa data deskriptif (dalam bentuk teks). Jenis penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan suatu fakta dan wilayah tertentu secara sistematis, faktual dan akurat (Pujileksono, 2015). Sumber informasi dari penelitian merupakan Gen Z yang telah menonton film "Selena Gomez : My Mind & Me". Hasil dari penelitian ini akan mendeskripsikan wawancara yang mendalam terhadap resepsi Gen Z yang telah menonton film tersebut menjadi subjek penelitian sehingga penulis mengetahui pandangan dari Gen Z terhadap isu kesehatan mental ketika sebelum dan sesudah menonton film "Selena Gomez : My Mind & Me".

Analisis Resepsi

Analisis resepsi mempersoalkan metodologi penelitian ilmu sosial empiris serta penyelidikan humanistik konten media, karena keduanya melewatkan atau mengabaikan kemampuan informan untuk memahami pesan media. Inti dari pendekatan ini adalah penentuan dan konstruksi makna (diperoleh melalui media) oleh publik atau masyarakat (McQuail, 1997). Dalam teori ini, Stuart Hall mengatakan bahwa makna yang dimaksudkan dan dimaknai dalam suatu pesan dapat berbeda. Kode yang digunakan atau dikodekan dan didekodekan. Dalam teori ini dipahami sebagai pemahaman dan kesalahpahaman dalam pertukaran pesan dalam proses komunikasi, tergantung pada hubungan bentuk yang sesuai antara encoder dan decoder, juga tempat encoder dan decoder, jika dipersonalisasi, menjadi penulis dan penerima. dari pesan. Menurut Hall, ada tiga jenis interpretasi utama pesan media atau bacaan khalayak, yaitu

- Dominant Hegemonic Position: Informan secara penuh menerima makna yang disodorkan dan dikehendaki oleh pembuat dan sejalan dengan kode-kode program (yang di dalamnya terkandung sikap, nilai-nilai, keyakinan dan asumsi). Dapat dikatakan dominant hegemonic position jika seseorang atau sekelompok orang melakukan pemaknaan sesuai dengan makna dominan (preffered reading) yang ditawarkan oleh teks media. Dalam hal ini, informan menyetujui atau pendapat dengan tema dan nilai yang disampaikan melalui film "Selena Gomez : My Mind & Me".
- Negotiated Position: Informan sejalan dengan kode-kode program dalam batas-batas tertentu dan pada dasarnya menerima makna yang disodorkan oleh

pembuat tetapi memodifikasinya sedemikian rupa sehingga mencerminkan posisi dan minat pribadinya. Dalam hal ini, informan berkompromi dengan tema dan nilai dalam tayangan "Selena Gomez : My Mind & Me",. tetapi beberapa hal ada yang disetujuinya namun ada hal lain yang tidak sependapat dengan makna yang dibangun oleh pembuatnya.

- **Oppositional Position:** Informan yang tidak sejalan dengan kode-kode program dan menolak makna atau pembaca yang disodorkan, dan kemudian menentukan frame alternatif sendiri di dalam menginterpretasikan pesan. Informan yang berada pada posisi ini bertentangan dengan tema dan nilai yang disampaikan pembuat tayangan. Informan atau masyarakat tidak menyetujui makna yang dibangun oleh pembuat tayangan atau encoder.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti terkait bagaimana penerimaan makna Gen Z, ketika menonton Film "Selena Gomez : My Mind & Me" terhadap isu kesehatan mental dan meningkatkan *Awareness* terhadap kesehatan mental setelah melihat film dokumenter ini. Penelitian ini akan menghasilkan beberapa temuan terkait apakah *Awareness* terhadap isu Kesehatan Mental pada Gen Z meningkat atau dipengaruhi oleh film "Selena Gomez : My Mind & Me". Dalam bab 4 ini, peneliti memaparkan hasil dari wawancara mendalam atau *in-depth interview* dan pembahasan tentang hasil dari wawancara dengan informan. Beberapa informan yang dipilih berdasarkan kriteria yang telah penulis tentukan. Informan tersebut memiliki *frame of reference* (pengetahuan) dan *field of experience* (pengalaman) berbeda-beda yang dibutuhkan untuk mendapatkan jawaban yang beragam. Setiap informan memberikan jawaban yang beragam pada tiap pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.

Gambaran Umum Film "Selena Gomez : My Mind & Me"

Film Selena Gomez: My Mind & Me merupakan film yang membahas tentang mental health atau melatar belakangi gangguan kejiwaan yang dialami oleh seseorang adalah film Selena Gomez: My Mind & Me. Film ini merupakan film dokumenter perjalanan enam tahun seorang aktris maupun musisi Selena Gomez. Film dokumenter ini merupakan film dokumenter yang diproduksi oleh Lighthouse Media & Management dan juga Interscopes Films yang tayang perdana di AFI Fest pada 2 November 2022. Trailer dari film dokumenter Selena Gomez: My Mind & Me dirilis pada 10 Oktober yang bertepatan pada *World Mental Health Day*. Film dokumenter ini mencoba mendokumentasikan perjalanan 6 tahun dari musisi Selena Gomez disutradarai oleh Alek Keshishian, yang merupakan saudara dari

manager musisi tersebut, Aleen Keshishian. Pada awalnya film ini bertujuan untuk mendokumentasikan konser Revival Tour pada tahun 2015 yang merupakan album kedua dari musisi Selena Gomez. Namun pada saat konser berjalan pada petunjukan ke 55, Revival Tour terpaksa harus dibatalkan dikarenakan musisi tersebut memiliki penyakit mental serius yang dialaminya dan pengambilan film dokumentasi pun ikut terhenti pada saat itu juga. Dari kondisi tersebut terlihat bahwa mental health seseorang tidak dapat disamaratakan.

Film Selena Gomez: My Mind & Me bercerita mengenai bagaimana Selena Gomez mengatasi segala kesulitan dan isu personal yang dihadapinya selama beberapa tahun terakhir. Kandasnya hubungan asmara sang penyanyi dengan beberapa figur ternama dan perjuangannya mengatasi penyakit mental dan lupus menjadi fokus dari dokumenter ini. Selain perjuangan Selena, film ini juga menceritakan bagaimana stardom mempengaruhi kesehatan mental sang penyanyi. Selain perjuangan mengatasi berbagai masalah di dalam hidup, film ini juga menceritakan perjalanan Selena selama enam tahun mengatasi hal tersebut. Proses syuting dokumenter ini dimulai saat sang founder Rare Beauty ini berusia 20-an hingga berusia 30 tahun. Di dalam trailer dokumenter yang berdurasi dua setengah menit ini, *voiceover* Selena yang mengatakan kepada dirinya sendiri untuk selalu bersyukur dan menjadi diri sendiri menyentuh banyak hati penggemarnya.

Tidak hanya mengidap penyakit lupus, Selena juga didiagnosa mengidap *bipolar disorder* dan membukanya ke publik pada tahun 2020 lalu. Hal ini juga yang menjadi benang merah dari judul dokumenter ("Selena Gomez: My Mind & Me") yang dimana ia mencoba bersahabat dengan segala kesulitan pikiran yang dihadapi. Menurut sang mantan artis cilik, masalah yang pernah dihadapinya akan selalu tertanam di benak pikiran dan ia mencoba bersahabat dengan hal tersebut. Di samping menceritakan *struggle* sang penyanyi dalam enam tahun terakhir, dokumenter "Selena Gomez: My Mind & Me" juga menuturkan kisah perjalanan karier Selena dari aktris cilik hingga menjadi penyanyi, aktris, produser and entrepreneur sukses. Ketenaran yang didapat penyanyi rupanya membawa sejumlah hal negatif dalam hidupnya. Bahkan, dideskripsi *official synopsis* disebutkan bahwa puncak ketenaran Selena membawanya ke dalam sebuah masa kelam.

Pandangan terhadap Sosok Selena Gomez Sebelum dan Sesudah Mengalami Isu Kesehatan Mental

Pada pertanyaan awal, peneliti menanyakan pemaknaan dan pandangan informan terhadap sosok Selena Gomez. Keenam informan memiliki pandangan masing masing terkait sosok Selena Gomez sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki.

Informan 1 : "Kalo yang aku kenal sih, menurut aku Selena Gomez itu orang yang perfect banget ya dia multitalenta bisa akting, bisa nyanyi terus kalo dipanggung itu bawaannya dia *all-out* banget gitu kan? Lebih ke perfect lah."

Informan 2 : " Sosok Selena itu dia *celebrity* dunia yang sangat multitalenta, she's such a *sweetheart* dan dia adalah sosok yang sangat menginspirasi."

Informan 3 : "Ya, saya tahu Selena Gomez. Aku tuh tahu Selena Gomez dari aku kecil kan aku nonton Disney. Nah, di Disney kan Selena Gomez sering kayak main film, banyak kan? Kayak yang film sama Cole Sprouse & Dylan Sprouse. Terus yang *Wizards* terus habis itu aku tahu dia juga dari lagu-lagunya juga, beberapa lagunya dia juga nemenin aku pas aku lagi galau, salah satunya *The Heart Wants What It Wants*."

Selena Gomez merupakan salah satu sosok selebritis yang memiliki banyak penggemar berasal dari seluruh belahan dunia. Popularitasnya pun tak perlu diragukan, di mana hal itu terbukti dari ratusan juta pengikutnya di Instagram. Selena Gomez begitu disukai juga kejujuran dan keterbukaan dirinya atas apa yang tengah dia alami. Termasuk saat ia mengumumkan mengidap Lupus dan isu kesehatan mental yang ia alami. Informan 1,2,3 menjelaskan pandangannya terhadap selena Gomez bahwa Selena merupakan sosok selebritas yang merupakan multitalenta serta sebagai selebritas bisa dikategorikan sebagai sosok yang perfect atau mendekati sempurna, Selena merupakan sosok selebritas yang bisa bernyanyi, memerankan film hingga menjadi model pada brand brand ternama.

Pada pertanyaan selanjutnya, peneliti menanyakan pemaknaan dan pandangan informan terhadap sosok Selena Gomez setelah menyatakan bahwa dirinya mengalami permasalahan mental atau memiliki isu kesehatan mental. Beberapa informan memiliki pandangan masing masing terkait sosok Selena Gomez yang menyebutkan bahwa dirinya memiliki isu kesehatan mental kepada publik sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki.

Informan 4 : " Informasi tentang isu kesehatan mental udah gampang pol ditemuin. Jadi kalau ngelihat seorang publik figur kayak Selena Gomez punya isu kesehatan mental juga bukan hal ngagetin buat aku. Soalnya orang-orang biasa kayak kita aja juga punya kemungkinan terkena penyakit mental."

Informan 5 : " Nah itu, beneran tidak nyangka banget ya. Soalnya, tahu sendiri kan Selena Gomez se ceria apa mukanya dan dia terlihat oke-oke aja dan jarang ada berita negatif atau berita gosip bla bla bla yang memberitakan ini gituloh (isu penyakit kesehatan mental yang di derita Selena). Jadi kayak kaget gituloh, kasian sih."

Informan 6 : " Pandangan aku kayak pas awalnya muncul berita dia lupus itu aku kaget sih, terus berita muncul sama soal mental illness. Tidak percaya sih aku awalnya, kaya kaget."

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terkait pertanyaan yang mengacu pada pandangan informan terhadap sosok Selena Gomez setelah menyatakan bahwa dirinya mengalami gangguan mental atau memiliki permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental, hamper sebagian besar informan menyatakan bahwa reaksi yang mereka dapatkan setelah mengetahui informasi tersebut adalah kaget. Namun terdapat beberapa informan yang menjelaskan bahwa hal tersebut adalah permasalahan ataupun isu yang sering ditemukan di masa sekarang ini, tidak hanya pada kalangan selebritas saja.

Pandangan terhadap Film Dokumenter "Selena Gomez : My Mind & Me"

Film Selena Gomez: My Mind & Me bercerita mengenai bagaimana Selena Gomez mengatasi segala kesulitan dan isu personal yang dihadapinya selama beberapa tahun terakhir. Selain perjuangan Selena, film ini juga menceritakan bagaimana stardom mempengaruhi kesehatan mental sang penyanyi. Selain perjuangan mengatasi berbagai masalah di dalam hidup, film ini juga menceritakan perjalanan Selena selama enam tahun mengatasi hal tersebut. Dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 6 informan, peneliti bertanya terkait scene yang paling menarik dalam film ini, pendapat informan mengenai apa yang dialami oleh Selena Gomez pada film Selena Gomez: My Mind & Me.

Informan 6 : " Yang menurut aku menarik dan sedih itu yang dia nangis di ruang tamu dan dia bilang kalau dia pingin untuk dikenal sebagai dirinya sendiri. Tanpa dibawa-bawa sama mantannya. Itu sedih banget. Menurutku dia udah kerja keras atas karya-nya tapi kok di *up* sama media itu yang soal hubungan masa lalunya sama mantannya" "Aku lihatnya dia kayak berusaha banget, pengen kembali menjalani hidupnya dengan fullest atau menjalani hidupnya dengan sepenuhnya gitu tanpa ada ada yang misah ke dia. Intinya dia pingin kembali ke hidupnya lagi gitu. Dan menurutku itu wajar tidak berlebihan, karena dia pingin sembuh gitulah ya istilahnya."

Informan 5 : "Yang paling menarik itu *scene* yang sebelum konser *Revival* dimulai, itu ya kan dia sebelum manggung nangis-nangis pas abis gladi bersih itu kalo gasalah ya? Dia merasa ada suara-suara di kepalanya dan selalu merasa kurang. Terus orang-orang disekitarnya kayak crew, team, dan teman-temannya itu tetap positif dan ngasih support ke dia gitu." " Sebenarnya lebih ke prihatin iya, tidak nyangka juga iya. Tapi ini bisa dipelajari oleh anak-anak muda jaman sekarang ya. Jadi kita bisa tahu gejala-gejala awal kesehatan mental itu seperti apa. Dan mungkin faktor-faktornya dari *pressure* disekitaran kita, tuntutan-tuntutan kita kuliah, kerjaan, nah itu kita bisa tau gituloh dari film itu."

Berdasarkan pertanyaan peneliti kepada para informan terkait scene yang paling menarik dalam film ini serta pendapat informan mengenai apa yang dialami oleh Selena Gomez pada film *Selena Gomez: My Mind & Me*, Informan 6 dan Informan 5 menjelaskan bahwa scene yang paling menarik pada film ini berkaitan dengan kerja keras Selena Gomez yang saat itu tidak dianggap karena permasalahan percintaanya dengan mantan yang membuat Selena mengalami keterpurukan serta bagaimana Selena mengatasi rasa kegagalan dan ketidaksempurnaan yang ia rasakan pada saat melaksanakan *Tournya*. Kedua Informan juga menjelaskan bahwa informan merasa prihatin dan sedih atas apa yang dialami oleh Selena Gomez yang ditunjukkan melalui Film tersebut, keduanya menyatakan bahwa dalam film tersebut Selena Gomez terlihat sangat berusaha untuk bangkit kembali dari permasalahan kesehatan mental yang sedang menimpa dirinya.

Informan 4 : "Aku sukanya pas waktu scene Selena ngunjungi tempat-tempat masa kecilnya, mulai dari sekolahnya sampe rumah tetangganya yang ada istana bonekanya. Seru aja ikut ngerasain suasananya" "Keren sih meskipun sempat pengen nyerah tapi ternyata Selena bisa *survive* mulai dari ngehadepin media, penyakit lupusnya juga, sampai kesehatan mentalnya."

Informan 3 : "Sebenarnya ada beberapa, cuma aku suka yang pas diawal dia sempat bilang kayak aku pingin dikenal sebagai Selena. Bukan karena *Justin's ex, or Disney act*. Terus sama scene yang radio promotion, when *she felt she is a "product"* di industri hiburan dan merasa interviewer kurang *respect* dengannya dan kurang empati menurutku." "Susah sih jadi dia. Soalnya aku punya temen yang *bipolar*, susah buat dia dan susah buat orang-orang disekeliling dia menurut aku. Karena kalau aku lihat dari film dokumenternya pun temen-temennya dia pun juga merasa tertekan tidak sih dengan dia punya penyakit seperti itu? Karena emang penyakit mental tidak mudah dihadapi gituloh. Soalnya aku juga pernah ngehadepin orang yang kaya gitu dan ternyata emang susah. Ya kadang ikutan sakit juga."

Informan 2 : "Menurut aku semua scene menarik dan bermakna. Cause all behind the storynya Selena mungkin untuk sebagian orang belum mengenal Selena jadi lebih mengenal dan relate. Meskipun Selena yang notabene-nya Selebritis kalangan atas juga merasakan *up and down*. Yang paling aku *notice* sih, waktu dia bisa berdamai dan bisa menerima jati diri apa adanya." "Pendapat aku terhadap Selena dia seorang *strong woman*, dan pastinya *inspiring* tidak semua orang bisa melakukan hal tersebut ketika dia bisa melalui semua dan berdamai itu keren sih. Itu yang membuat aku semakin terinspirasi dari Selena."

Berdasarkan pertanyaan peneliti kepada para informan terkait scene yang paling menarik dalam film ini serta pendapat informan mengenai apa yang dialami oleh Selena Gomez pada film *Selena Gomez: My Mind & Me*, Informan 3 memiliki kesamaan jawaban

dengan informan 6 terkait scene yang dianggap paling menarik pada film ini, dimana keduanya menjelaskan bahwa scene yang paling menarik pada film ini berkaitan dengan kerja keras Selena Gomez yang saat itu tidak dianggap karena permasalahan percintaanya dengan mantan yang membuat Selena mengalami keterpurukan. Informan lainnya memiliki pandangan dan perbedaan pendapat terkait scene yang menurut mereka menarik dalam film ini, mulai dari scene kilas balik yang dilakukan oleh Selena Gomez, hingga informan menjawab bahwa keseluruhan scene pada film ini memiliki daya Tarik dan makna masing masing. Sedangkan pendapat dan pandangan informan terhadap apa yang dialami oleh Selena Gomez yang diceritakan pada film ini, sebagian besar informan menjelaskan bahwa Selena merupakan sosok yang benar benar menginspirasi dan merupakan sosok yang diatidak kuat atas permasalahan yang ia hadapi. Bagaimana ia bisa bertahan hingga menerima sepenuhnya terkait permasalahan mental yang ia miliki, menunjukkan bahwa Selena Gomez pada film ini merupakan sosok yang keren dimata para informan.

Pandangan terhadap Isu Kesehatan Mental yang Terjadi di Kalangan Selebritis dan Non-Selebritis

Selebriti adalah bagian penting dari lanskap budaya pop dan cara mereka menghadapi kesehatan mental berfungsi sebagai model untuk menyelesaikan masalah tersebut dalam skala yang besar. Pergeseran dari spekulasi media tentang penyakit apa yang mungkin diderita seorang selebritas (sering kali dengan cara yang sensasional) ke bagian di mana para selebritas itu sendiri yang berbicara secara langsung tentang pengalaman mereka menunjukkan peralihan ke arah strategi branding selebritas yang lebih sadar akan isu kesehatan mental. Tidak dipungkiri, isu kesehatan mental dapat terjadi pada seluruh kalangan, bukan hanya selebriti saja, melainkan kalangan non selebriti. Pada wawancara yang dilakukan, peneliti bertanya kepada para informan terkait pandangan dan pendapat mereka terhadap Isu Kesehatan Mental yang Terjadi di Kalangan Selebritis dan Non-Selebritis.

Informan 1: "Menurutku pasti banyak sih selebritis belum *speak up* lah istilahnya bahkan masih menutupi kalau dia punya penyakit mental, tapi kalau aku sebagai *fans* malah ga masalah kalau dia punya penyakit mental. Kita sebagai fansnya jadi semakin lebih bisa memahami lah. Karena kita juga bisa mendukung kalau penyakit mental itu bisa dilawan bukan yang harus di pendam sendiri. Gitu kan? Pasti banyak sih orang yang kena penyakit mental di dunia ini." "Menurutku sama aja sih, karena itu terjadi tidak memandang siapa kita, seberapa berat beban kita. Karena semua itu punya toleran masing-masing lah di diri manusia itu ya. Jadi kita gabolet mikir "*halah masalahmu sepele!*" padahal bagi orang tersebut itu sangat berat. Semua orang beda-beda. Karena Selena juga aku jadi berani

mencoba ke psikolog. Apalagi kalo nonton itu jadi merasa tidak sendiri lah bagi orang-orang non selebriti ya. Kan ada selebriti yang berani mengungkapkan, berani berbicara orang-orang non selebriti itu pasti "oh aku tidak sendiri" dia yang kaya, *perfect*, karirnya bagus aja kaya gitu kan. Apalagi kita yang kaya gini-gini aja misal."

Informan 2 : " Aku pernah baca, kalo para ahli emang menyatakan para pelaku seni di industri hiburan emang rawan terkena isu kesehatan mental ya. Mungkin karna tekanan, kalo menurut pendapat aku pribadi apapun pekerjaannya dari diri kita memang harus bisa menguatkan pondasi *love yourself* itu penting dan cari lingkungan yang positif dan mendukung. Itu sih." "Mengenai isu kesehatan mental yang terjadi di masyarakat sekitar, di Indonesia sendiri kesehatan mental itu masih dianggap tabu dan sepele di beberapa kalangan masyarakat yah. Kalo ada yang depresi dibilangnya lemah atau kurang iman, dan lain-lain. Harusnya sih, masyarakat bisa lebih ber-empati ya *instead of talking about this issue and find some real solutions* dan jangan biasain diri terbelenggu sama *toxic positivity* dan masyarakat harusnya lebih *aware* dan ketika merasakan hal yang memang tidak bisa dibantu sama siapa-siapa, tidak ada salahnya mencari bantuan profesional."

Berdasarkan apa yang dijelaskan oleh informan 1 dan 2 pada penjelasan mengenai pendapat dan pandangan mereka terhadap isu kesehatan mental yang terjadi di kalangan selebriti maupun non selebriti, dijelaskan bahwa keduanya memiliki pandangan bahwa hal tersebut wajar dan maklum untuk terjadi. Kedua informan menjelaskan bahwa isu kesehatan mental yang terjadi tidak memandang golongan, jenis kelamin dan usia, seluruh manusia dapat atau berpotensi untuk memiliki permasalahan mental yang dapat disebabkan oleh beberapa alasan, seperti tekanan lingkungan, permasalahan individu yang berkaitan dengan depresi, ataupun memang bawaan penyakit kejiwaan seperti *Bipolar*.

Informan 3 : " Sebenarnya ya yang dialami kehidupan itu adil ya. Cuma bedanya kalau yang selebritis itu karena banyak tekanan, semisal dari *fans*. Padahal tekanan dari *fans* itu udah berat loh ketambahan kita tidak tahu sebenarnya apa yang dia alami dibalik semua itu. Entah masalah keluarga, masalah personalnya dia, masalah percintaannya dia kayak gimana. Nah, sedangkan tekanan dari fans terkadang memperparah keadaan. Sedangkan kalau non selebritis ya tidak ada yang kenal siapa-siapa. Tidak dikritik sama siapa-siapa, orang pun masa bodo sama kehidupannya dia, tidak peduli sama dia, tidak kepo." "Kalau non selebritis lebih mudah, tidak terlalu dikepo, tidak diliput. Paling ya ngeliput ya diri sendiri, yang cerita ya diri sendiri kaya cerita-cerita sendiri gitu kan. Terus sebenarnya sama aja sih baik selebritis atau non selebritis, kalau selebritis di *expose* dan jadi tidak punya boundaries dan *personal space* kalau non selebritis tidak diliput. Gitu ajasih bedanya."

Informan 4 : “ Berita-berita tentang isu kesehatan mental yang dialami sama selebriti itu udah tidak ngagetin menurutku. Soalnya jadi seorang selebriti itu pasti melelahkan mulai dari tuntutan ekpektasi orang lain, banyaknya pemberitaan-pemberitaan orang lain, kehidupannya jadi gapunya privasi.” “Kebanyakan keseheatan mental di masyarakat non selebriti menjadi lebih parah karena tidak ditangani dengan benar. Banyak lingkungan sekitarnya yang masih kurang *aware*, bahkan kadang diri sendiri juga masih sering menganggap remeh kesehatan mental.”

Berdasarkan apa yang dijelaskan oleh informan 3 dan 4 pada penjelasan mengenai pendapat dan pandangan mereka terhadap isu kesehatan mental yang terjadi di kalangan selebriti maupun non seleriti, dijelaskan bahwa keduanya memiliki pandangan bahwa hal tersebut wajar dan maklum untuk terjadi. Terutama jika dikalangan para selebriti,tidak adanya privasi terhadap kehidupan pribadi, tekanan dari para penggemar yang terkadang mempermarah keadaan,serta ekspektasi dan tutuntan orang banyak akibat labelnya sebagai selebriti membuat permasalahan mental pada kalangan tersebut merupakan hal yang sangat wajar terjadi. Hal tersebut juga berlaku pada kalangan non selebriti, dimana perbedaannya hanya terletak pada privasi saja, bahkan, bagi kedua informan, mereka berpendapat bahwa isu kesehatan mental yang terjadi di kalangan non selebriti biasanya lebih parah karna tidak ditangani dengan benar, kebanyakan orang hanya bisa memendam dan tidak menyelesaikan masalah tersebut pada ahli professional.

Pandangan terhadap film “Selena Gomez : My Mind & Me” & Isu Kesehatan Mental sebagai Gen Z

Salah satu stereotipe tentang Gen-Z, mereka sangat memedulikan topik kesehatan mental dan dikenal sebagai kaum *‘Open Minded’* dimana mereka menjunjung toleransi yang tinggi. Stigma negatif terkait pentingnya isu kesehatan mental juga telah berkurang, akibatnya gen Z lebih mungkin mengidentifikasi masalah mereka sendiri dan mencari bantuan ketika merasa memiliki masalah kesehatan mental. Pada wawancara yang dilakukan, peneliti bertanya kepada para informan terkait pandangan dan pendapat mereka terhadap film “Selena Gomez : My Mind & Me” & Isu Kesehatan Mental sebagai Gen Z.

Informan 5 : “Sebagai Gen Z ya, itu sebenarnya jangan disepelein. Harus kita tangani sebelum kita terlambat dan ketahui gejala-gejala penyakit *mental illness*. Takutnya bisa jadi entah diri kita yang menyakiti diri kita sendiri atau buruknya lagi menyakiti orang lain. Atau istilahnya *toxic* lah ke lingkungan sekitar, itu kan bahaya juga. Terus karena mungkin perubahan iklim, *climate change* anak-anak Gen Z jadi terpengaruh oleh itu. Seperti suhu semakin panas, banyak perubahan-perubahan alam yang dirasakan dan sulit untuk diterima dan kerusakan bumi yang dilakukan oleh generasi sebelumnya, kita kena imbasnya gituloh.

Dari kemajuan internet itu kita juga lebih banyak menangkap informasi gitu, jadi kita semakin tertekan untuk survive gitu. Dan itu menurutku sangat berpengaruh untuk kesehatan mental khususnya generasi Gen Z gitu.”

Informan 6 : “ Sekarang kan itu kayak semuanya serba mudah kan, orang-orang bilangya tidak perlu secara *offline* untuk datang konseling. Kalau misal kalian merasa stres dan sebagainya itu kalian bisa sangat membantu untuk konseling secara daring. Jadi untuk sekarang harus lebih *aware*, melihat kasus-kasus artis atau orang disekitar yang stresnya udah parah bahkan sampai depresi atau parahnya lagi sampai bunuh diri, kita harus sadar dengan diri kita sendiri dan sekitar.”

Berdasarkan apa yang dijelaskan oleh informan 5 dan 6 pada penjelasan mengenai pendapat dan pandangan mereka terhadap isu kesehatan mental dan film “Selena Gomez : My Mind & Me” sebagai Gen Z, dijelaskan bahwa keduanya memiliki pandangan bahwa isu kesehatan mental merupakan isu yang penting untuk diprioritaskan penanganannya. Keterbatasan pemahaman dan pengetahuan mengenai kesehatan mental masih banyak terjadi akibat *close minded* sebagian kalangan masyarakat. Padahal, isu ini bukanlah merupakan hal yang sepele. Sehingga, penting untuk dilakukannya peningkatan kesadaran terhadap isu kesehatan mental ini agar tidak membawa dampak buruk hingga kematian.

Pembahasan

Menurut Stuart Hall (1997) pada proses encoding-decoding, penonton media memecahkan kode informasi media ke dalam tiga posisi, yaitu: (1) Posisi Hegemoni Dominan (*dominant hegemonic position*), penerimaan makna dari khalayak mengenai informasi yang telah didapat setelah mengonsumsi isi pesan dari media. Media menggunakan kode budaya dominan atau dominan dalam suatu masyarakat untuk menyampaikan pesannya. Misalnya, ketika audiens menginterpretasikan pesan media, media, pesan, dan audiens semuanya mengacu pada budaya atau ideologi yang dominan. (2) *Negotiated position*, sikap masyarakat yang menerima ideologi dominan tetapi menolaknya atau diharuskan dalam keadaan tertentu. Dalam hal ini, masyarakat bersedia menerima ideologi yang dominan, tetapi membuat beberapa pengecualian agar sesuai dengan norma-norma budaya lokal yang berlaku. (3) *Oppositional position*, posisi terakhir publik dalam memaknai informasi media, yaitu. H. publik mengalami keberatan ketika mengkritik informasi yang disampaikan oleh media atau Kode Etik. Publik menolak menafsirkan isi pesan media, sehingga mengubah dan mengembangkan cara berpikirnya sendiri ketika menerima pesan media. Berdasarkan dari perolehan data para informan tentang penerimaan makna Gen Z, ketika menonton Film “Selena Gomez : My Mind & Me” terhadap isu kesehatan mental dan meningkatkan Awareness terhadap kesehatan mental. Kegiatan penerimaan pesan dimulai

dengan proses decoding, proses encoding decoding adalah kegiatan menerjemahkan atau menginterpretasikan informasi fisik ke dalam bentuk yang bermakna bagi penerimanya (Morissan, A. C. W., & Hamid, 2010). Keenam informan memiliki pandangan yang serupa terhadap isu kesehatan mental pada sosok Selena Gomez Sebagai selebritas yang ditampilkan pada film "Selena Gomez : My Mind & Me". Dari data keenam informan kemudian dianalisis, peneliti melihat adanya kesamaan makna tentang isu kesehatan mental yang merupakan suatu permasalahan yang penting diperhatikan lebih dalam.

Dapat dikatakan bahwa peningkatan kesadaran, pemahaman, dan komunikasi antarpribadi interpersonal dapat mengurangi stigma publik (antar pribadi) dan stigma diri. Dengan melihat tokoh yang terkenal atau melihat tokoh yang dikagumi berbicara secara terbuka tentang masalah kesehatan mental dapat mengurangi stereotip dan menormalkan kondisi kesehatan mental (Hoffner dan Cohen, 2018), yang selanjutnya dapat mengurangi stigma. Secara khusus khalayak dapat mempelajari perilaku dari selebriti dengan mengamati perilaku mereka dan konsekuensinya (Lee, 2019). Melihat bahwa seorang selebriti dapat mengalami dan mengungkapkan masalah kesehatan mental, dan tetap dianggap menarik, dikagumi, dan dalam posisi sosial yang baik dapat menghilangkan ketakutan akan potensi konsekuensi negatif dari pengungkapan tersebut (Lee, 2019). Oleh karena itu, melihat selebriti berbicara tentang kesehatan mental mereka dapat membantu kalangan non selebritis atau masyarakat biasa untuk tidak menyembunyikan penyakit mental dan dapat mendorong pencarian bantuan profesional (Leung, 2019).

Generasi Z mewakili orang-orang yang berusia antara 14 dan 23 tahun. Generasi ini mencakup individu yang tumbuh di era teknologi dan informasi. Mereka telah terpapar dengan video game, gadgets, internet, dan media sosial sejak lahir. Penting untuk dipahami bahwa Gen Z sangat berbeda dari generasi sebelumnya. Generasi Z adalah generasi yang paling rentan terhadap masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Stresor pribadi yang jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan gangguan kecemasan. Gangguan Kecemasan dapat menyebabkan individu menghindari tempat atau situasi tertentu untuk menghindari perasaan cemas atau takut (American Psychological Association, 2018). Dengan menormalkan percakapan tentang kesehatan mental, Gen Z memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah mereka dan melanjutkan hidup daripada tetap terpuruk-dan itulah pilihan yang diambil oleh banyak dari mereka. Generasi ini tidak ingin terhambat oleh masalah kesehatan mental. Sebaliknya, mereka ingin mendapatkan perawatan untuk masalah tersebut sehingga mereka memiliki kesehatan mental yang baik untuk melakukan hal-hal yang ingin mereka lakukan dalam hidup. Mereka tidak ingin

terhambat oleh masalah kesehatan mental, karena mereka telah melihat bahwa mereka bisa merasa lebih baik dan menginginkannya untuk diri mereka sendiri (Ennos, 2020).

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat diketahui bagaimana resepsi dari para Gen Z terhadap Isu Kesehatan Mental dalam film dokumenter ini dengan melihat tokoh yang terkenal, publik figur, atau melihat tokoh yang dikagumi terbuka tentang masalah kesehatan mental dapat meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan komunikasi antarpribadi interpersonal dapat mengurangi stigma publik Dengan menormalkan percakapan tentang kesehatan mental, Gen Z memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah mereka dan melanjutkan hidup daripada tetap terpukul pada pilihan yang diambil oleh banyak dari mereka. Oleh karena itu, banyak diantara mereka melakukan kegiatan perawatan mental untuk memiliki kesehatan mental yang baik

DAFTAR PUSTAKA

- Arie Atwa Magriyanti, & Hendri Rasminto. (2020). Film Dokumenter Sebagai Media Informasi Kompetensi Keahlian Smk Negeri 11 Semarang. Pixel :Jurnal Ilmiah Komputer Grafis, 13(2), 123–132. <https://doi.org/10.51903/pixel.v13i2.322>
- Fathurizki, A., Mei, R., & Malau, U. (2018). PORNOGRAFI DALAM FILM: ANALISIS RESEPSI FILM "MEN, WOMEN & CHILDREN" (Vol. 2, Issue 1).
- Hoffner CA and Cohen EL (2018) Mental health-related outcomes of Robin Williams' death: the role of parasocial relations and media exposure in stigma, help-seeking, and outreach. *Health Communication* 33, 1573–1582.
- Kamil, M. I. (n.d.). ANALISIS FRAMING FILM DOKUMENTER "BEFORE THE FLOOD."
- Khayrunnisa Bayanuddin, A., Aswan Zanynu, M., & Sumule, M. (n.d.). Framing Pesan Kebudayaan Pada Film Dokumenter "Kisah 8 Pulau Terluar." <http://ojs.uho.ac.id/index.php/Jurnalistik/index58>
- Lee SY (2019) The effect of media coverage of celebrities with panic disorder on the health behaviors of the public. *Health Communication* 34, 1021–1031.
- Mikael, K., Fuady, I., Kunto, D. S., & Wibowo, A. (n.d.). ANALISIS KONTEN PESAN-PESAN KESEHATAN MENTAL DALAM MUSIK POPULER [Content Analysis of Mental Health Messages in Popular Music]. <http://journal.ubm.ac.id/>
- Mubasyaroh. (2013). Pengenalan Sejak Dini PenDerita Mental DiSorDer. 4(1).
- Rachmawati, A. A. (2020, November 27). Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja.