



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

PENGARUH TERPAAN KONTEN YOUTUBE
SATU PERSEN-INDONESIAN LIFE SCHOOL
TERHADAP LITERASI KESEHATAN MENTAL
GENERASI Z DI KECAMATAN JAMBANGAN
KOTA SURABAYA

Skripsi

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Oleh
Zahrotul Firdausi
NIM B05218037

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA

2021

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zahrotul Firdausi

NIM : B05218037

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul ***Pengaruh Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School Terhadap Literasi Kesehatan Mental Generasi Z Di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya*** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 16 Desember 2021

Yang membuat pernyataan



Zahrotul Firdausi

NIM B05218037

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Zahrotul Firdausi
NIM : B05218037
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Pengaruh Terpaan Konten Youtube Satu Persen-
Indonesian Life School Terhadap Literasi
Kesehatan Mental Generasi Z Di
Kecamatan Jambangan Kota Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 16 Desember 2021

Menyetujui
Pembimbing,



Dr. Nikmah Hadiati Salisah, S.Ip., M.Si
NIP. 197301141999032004

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

PENGARUH TERPAAN KONTEN YOUTUBE SATU PERSEN-
INDONESIAN LIFE SCHOOL TERHADAP LITERASI KESEHATAN
MENTAL GENERASI Z DI KECAMATAN JAMBANGAN KOTA
SURABAYA

SKRIPSI

Disusun Oleh
Zahrotul Firdausi
B05218037

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
Pada tanggal 06 Januari 2022

Tim Penguji

Penguji I

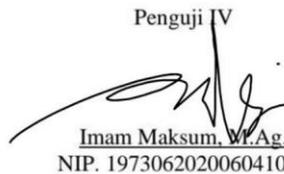

Dr. Nikmah Hadiati Salisah, S.Ip, M.Si
NIP. 197301141999032004

Penguji II


Dr. Abdullah Sattar, S.Ag, M.Fil.I
NIP. 196512171997031002

Penguji III

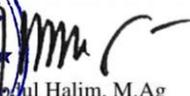

Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag., M.Fil.I
NIP. 197110171998031001

Penguji IV


Imam Maksum, W.Ag.
NIP. 197306202006041001



Surabaya, 06 Januari 2022
Dekan,


Dr. Abdul Halim, M.Ag
NIP. 197251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ZAHROTUL FIRDAUSI
NIM : B05218037
Fakultas/Jurusan : FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI/ILMU KOMUNIKASI
E-mail address : frds.zahrotul@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PENGARUH TERPAAN KONTEN YOUTUBE SATU PERSEN-INDONESIAN LIFE

SCHOOL TERHADAP LITERASI KESEHATAN MENTAL GENERASI Z DI

KECAMATAN JAMBANGAN KOTA SURABAYA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Januari 2022

Penulis


(ZAHROTUL FIRDAUSI)

ABSTRAK

Zahrotul Firdausi, NIM B05218037, 2022. *Pengaruh Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School Terhadap Literasi Kesehatan Mental Generasi Z Di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.*

Kata kunci : Youtube, Satu Persen-Indonesian Life School, Literasi Kesehatan Mental

Teknologi informasi dan media sosial telah menjadi gaya hidup Generasi Z. Terdapat fenomena gangguan mental memiliki kecenderungan menghinggapi beberapa anak muda karena tekanan-tekanan sosial. Penelitian ini ingin mengetahui apakah media komunikasi efektif untuk memberikan penguatan literasi kesehatan mental bagi para audiens khususnya Generasi Z.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh serta tingkat pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z Di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya. Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey serta teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) terdapat pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 kurang dari 0,05. (2) besar pengaruh variabel bebas terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap variabel terikat Literasi Kesehatan Mental adalah sebesar 58,8%.

ABSTRACT

Zahrotul Firdausi, NIM B05218037, 2022. *The Impact of Satu Persen-Indonesian Life School's Youtube Content Exposure on Generation Z's Mental Health Literacy in Jambangan District, Surabaya City.*

Keywords: Youtube, Satu Persen-Indonesian Life School, Mental Health Literacy

Information technology and social media have become a way of life for Generation Z. There is a phenomenon of mental disorders that tend to affect some young people due to social pressures. This study wants to find out whether communication media is effective in providing strengthening mental health literacy for the audience, especially Generation Z.

This study aims to determine whether or not there is an influence and the level of influence of Youtube Content Exposure on Generation Z's Mental Health Literacy in Jambangan District, Surabaya City. The researcher uses descriptive quantitative research method with survey approach and data analysis technique using simple linear regression test.

The results of this study indicate that (1) there is an effect of Youtube Content Exposure on Generation Z's Mental Health Literacy with a significance level of 0.000 less than 0.05. (2) the effect of the independent variable on Satu Persen Youtube content exposure to the dependent variable on Mental Health Literacy is 58.8%.

نبذة مختصرة

زهرة الفردوسي ، رقم التسجيل ب ١٢٠٢ ، ٧٣٠ ٨١٢٥٠ - اندونيسياً لايف سشول لدى محو الأمية في مجال
الصحة العقلية للجيل ظ في منطقة جامبانغان ، مدينة سورابايا

الكلمات المفتاحية : يوتيوب ، ساتو بيرسن - اندونيسياً لايف سشول ، محو الأمية
الصحية العقلية

أصبحت تكنولوجيا المعلومات ووسائل التواصل الاجتماعي هي أسلوب حياة الجيل زد. هناك ظاهرة الاضطرابات النفسية التي تميل إلى إصابة بعض الشباب بسبب الضغوط الاجتماعية. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة ما إذا كانت وسائط الاتصال فعالة في تعزيز محو الأمية بالصحة العقلية للجمهور ، وخاصة الجيل Z.

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد ما إذا كان هناك تأثير ومستوى تأثير التعرض لمحتوى يوتيوب الخاص بمدرسة ساتو بيرسن - اندونيسياً لايف سشول على محو الأمية المتعلقة بالصحة العقلية للجيل Z في منطقة جامبانغان ، مدينة سورابايا. يستخدم الباحثون طريقة البحث الوصفي الكمي مع منهج المسح وتقنيات تحليل البيانات باستخدام اختبار الانحدار الخطي البسيط.

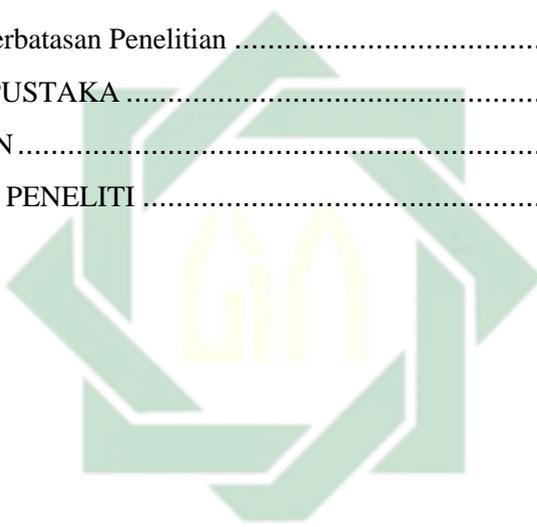
تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن: مستوى الأهمية 0.000 أقل من 0.05. (2) تأثير المتغير المستقل على نسبة واحد بالمائة من تعرض محتوى Youtube للمتغير التابع على محو الأمية للصحة العقلية هو 58.8%.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR	viii
MOTTO & PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Operasional.....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	13
BAB II KAJIAN TEORITIK	14
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan	14
B. Kerangka Teori.....	16
C. Paradigma Penelitian.....	31
D. Hipotesis Penelitian	33

BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	34
B. Lokasi Penelitian	35
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	37
1. Populasi	37
2. Sampel.....	39
3. Teknik Sampling	42
D. Variabel dan Indikator Penelitian	43
1. Variabel	43
2. Indikator	44
E. Tahap-Tahap Penelitian	44
F. Teknik Pengumpulan Data	52
H. Teknik Analisis Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian	61
B. Penyajian Data	62
1. Demografi Responden	62
2. Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School.....	67
3. Literasi Kesehatan Mental	77
C. Pengujian Hipotesis	86
1. Uji Normalitas	87
2. Uji Linearitas.....	89
3. Uji Regresi Linier Sederhana	89

D. Pembahasan Hasil Penelitian	92
1. Perspektif Teoritis	92
2. Perspektif Keislaman	93
BAB V PENUTUP	96
A. Kesimpulan	96
B. Saran dan Rekomendasi	97
C. Keterbatasan Penelitian	98
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	104
BIOGRAFI PENELITI	139



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penerapan Teori S-O-R.....	25
Gambar 2. 2 Kerangka Pikir Penelitian	29
Gambar 2. 3 Paradigma Penelitian.....	32
Gambar 3. 1 Pamflet Kuisisioner	53
Gambar 3. 2 Tampilan Angket atau Kuisisioner Online	54



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Penduduk di Kec. Jambangan Tahun 2020	37
Tabel 3. 2 Tampilan Angket atau Kuisiener Online	38
Tabel 3. 3 Tabel Rumus P Lemeshow	41
Tabel 3. 4 Daftar Pernyataan.....	46
Tabel 3. 5 Skala Penilaian Instrumen	50
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas	56
Tabel 3. 7 Hasil Uji Realibilitas	58
Tabel 4. 1 Data Demografis Responden	62
Tabel 4. 2 Jenis Kelamin Responden.....	66
Tabel 4. 3 Usia Responden	66
Tabel 4. 4 Data Hasil Kuisiener Variabel Bebas	67
Tabel 4. 5 Jawaban responden pada butir pernyataan A1	71
Tabel 4. 6 Jawaban responden pada butir pernyataan A2	71
Tabel 4. 7 Jawaban responden pada butir pernyataan A3	72
Tabel 4. 8 Jawaban responden pada butir pernyataan A4	73
Tabel 4. 9 Jawaban responden pada butir pernyataan A5	73
Tabel 4. 10 Jawaban responden pada butir pernyataan A6	74
Tabel 4. 11 Jawaban responden pada butir pernyataan A7	74
Tabel 4. 12 Jawaban responden pada butir pernyataan A8	75
Tabel 4. 13 Jawaban responden pada butir pernyataan A9	75
Tabel 4. 14 Jawaban responden pada butir pernyataan A10.....	76
Tabel 4. 15 Data Hasil Kuisiener Variabel Terikat.....	77
Tabel 4. 16 Jawaban responden pada butir pernyataan B1.....	80
Tabel 4. 17 Jawaban responden pada butir pernyataan B2.....	80
Tabel 4. 18 Jawaban responden pada butir pernyataan B3.....	81
Tabel 4. 19 Jawaban responden pada butir pernyataan B4.....	81
Tabel 4. 20 Jawaban responden pada butir pernyataan B5.....	82
Tabel 4. 21 Jawaban responden pada butir pernyataan B6.....	83
Tabel 4. 22 Jawaban responden pada butir pernyataan B7.....	83

Tabel 4. 23 Jawaban responden pada butir pernyataan B8.....	84
Tabel 4. 24 Jawaban responden pada butir pernyataan B9.....	85
Tabel 4. 25 Jawaban responden pada butir pernyataan B10.....	85
Tabel 4. 26 Uji Normalitas	87
Tabel 4. 27 Uji Linearitas	89
Tabel 4. 28 Uji Regresi Linier Sederhana	90
Tabel 4. 29 Uji Regresi Linier Sederhana	91



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komunikasi massa merupakan sebuah pesan atau informasi yang diteruskan atau disampaikan melalui media massa atau media komunikasi yang luas kepada sebagian besar individu.² Sebuah komunikasi dapat dikatakan efektif atau berhasil ketika cara berfikir komunikan berubah seperti apa yang diinginkan oleh komunikator. Sebagai bentuk alat komunikasi massa, media massa mempunyai peran dalam menyampaikan informasi kepada khalayak secara luas dalam kehidupan sehari-hari.

Dewasa ini, perkembangan media massa semakin cepat, informasi dapat menyebar dengan cepat dan efektif di publik, sehingga individu atau publik tidak dapat menghindar dari terpaan atau pesan komunikasi dari media massa. Terpaan media adalah kondisi yang terjadi ketika individu menggunakan media atau kondisi di mana seorang individu terkena paparan konten media atau bagaimana konten media menjangkau khalayak.³ Terpaan media dapat mempengaruhi audiens yang membaca, melihat, dan mendengar isi informasi yang disiarkan oleh program-

² Elvinaro Ardianto, *"Komunikasi Massa Suatu Pengantar,"* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2005), 31.

³ Elli Mustika Rini and Ayub Ilfandy Imran, *"Pengaruh Terpaan Tayangan Traveling Channel Di Youtube Terhadap Minat Berwisata Subscribers Di Indonesia (Studi Pada Subscribers Traveling Channel Youtube Ponti Ramanta),"* e-Proceeding of Management, Vol.4, No.1 April (2017): 941.

program di media massa. Terpaan konten secara implisit dapat membagikan penjelasan dan mengarahkan para penontonnya untuk memiliki perspektif tertentu.

Teknologi informasi dan media sosial telah menjadi gaya hidup Generasi Z. Terdapat fenomena gangguan mental memiliki kecenderungan menghinngapi beberapa anak muda karena tekanan-tekanan sosial. Berdasarkan informasi yang didapat dari Riskesdas (riset kesehatan dasar) 2018, remaja dengan usia 15-24 tahun mempunyai tingkat presentase depresi sebesar 6,2%. Di Indonesia, diibaratkan setiap satu jamnya terdapat kasus bunuh diri atau mencapai 10.000 jiwa.⁴ Faktor yang paling mempengaruhi kondisi kesehatan mental di Indonesia adalah rendahnya pemahaman atau literasi kesehatan mental.

Menurut laporan penelitian tahun 2018 yang dilakukan oleh American Psychological Association (APA) dengan judul “Stress in America Generation Z”, menyatakan bahwa generasi yang memiliki kesehatan mental paling buruk adalah generasi Z.⁵ Selaku penerus tongkat estafet perjuangan bangsa, Generasi Z harus memiliki *mindfulness* atau kesadaran diri dan konsisten menjaga kesehatan mentalnya. Kesehatan mental dapat diperoleh dari kecakapan literasi kesehatan mental yang baik. Literasi kesehatan mental adalah kemampuan dan keterampilan

⁴ egsa.geo.ugm.ac.id, “Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja - Environmental Geography Student Association” (<https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>), diakses pada tanggal 2 Agustus 2021 pukul 18.00 WIB.

⁵ APA, “Stress in America Generation Z” (<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2018/stress-gen-z.pdf>), diakses pada tanggal 3 Agustus 2021 pukul 16.30 WIB.

seseorang untuk menyadari adanya gangguan mental serta dapat mengetahui cara mengatasinya.⁶

Terdapat sebuah *channel* edukatif yang menarik perhatian peneliti yakni *channel* Satu Persen-Indonesian Life School yang dibangun dari latar belakang keresahan *founders* yaitu Ifandi Khainur Rahim terkait permasalahan kesehatan mental dan pengembangan diri yang belum tertangani dengan baik di Indonesia. Satu Persen-Indonesian Life School secara aktif berbagi informasi seputar keterampilan dalam kehidupan yang belum pernah disampaikan di sekolah konvensional maupun di kehidupan bermasyarakat yaitu salah satunya seputar kesehatan mental. Satu Persen merupakan *startup* pendidikan yang bergerak di bidang kesehatan mental dan pengembangan diri. Didirikan pada Januari 2019 oleh Ifandi Khainur Rahim, seorang mahasiswa lulusan psikologi Universitas Indonesia. Dilansir dari Nox Influencer, Satu Persen terpilih menjadi *channel* Youtube yang memiliki perkembangan paling cepat di dunia pada bulan November 2019.⁴

Berdasarkan jurnal penelitian oleh Eribka dkk terungkap bahwa, konten vlog Youtube berdampak pada perkembangan perspektif mahasiswa sebesar 37,21%,⁷ maka dari itu dapat diketahui bahwa Youtube berperan dalam pembentukan perilaku dan cara berfikir penontonnya. Selanjutnya berdasarkan penelitian oleh Audila Sapriilia Budi Priyono terungkap bahwa variabel

⁶ Jorm, A.F. "Mental Health Literacy. Public Knowledge and Belief About Mental Disorder" *Journal Psychiatry*. Nov, 177, 2000, 396-401.

⁷ Eribka Ruthellia David, Mariam Sondakh, and Stefi Harilama, "Pengaruh Konten Vlog Dalam Youtube Terhadap Pembentukan Sikap Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi," *E Journal Acta Diurna*, Vol VI. No.1 (2017): 17.

terpaan konten youtube Gadgetin berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel keputusan pembelian produk Samsung dengan nilai t hitung sebesar 3.860 lebih besar dari nilai t tabel 1.660715⁸. Serta berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ismojo Herdono dan Arinda Wahyu Ningtyas⁹ terungkap bahwa terdapat hubungan atau korelasi signifikan antara variabel menonton konten Youtube “londokampung” dengan variabel tingkat pengetahuan bahasa Suroboyo dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.581.

Teori S-O-R (*Stimulus-Organism-Respons*) adalah salah satu teori yang akan digunakan sebagai pedoman dalam penelitian kali ini. Asumsi mendasar teori tersebut adalah bahwa setiap individu bereaksi atau menanggapi rangsangan yang mereka dapatkan. Stimulus yang dimaksud dalam penelitian ini yakni terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School, sedangkan respons yang dimaksud terhadap penelitian ini yakni generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya mempunyai literasi kesehatan mental.

Melalui *platform* Youtubanya, Satu Persen membuat konten dengan topik kesehatan mental yang dapat menyebarkan literasi kesehatan mental dengan menyajikan

⁸ Audila Saprilia Budi Priyono. “*Pengaruh Terpaan Konten YouTube dan Influencer Marketing terhadap Keputusan Pembelian (Studi Pada Konten YouTube Gadgetin dan Influencer Marketing terhadap keputusan pembelian produk samsung di kalangan subscribers Gadgetin)*” (Jakarta: Universitas Pertamina, 2021).

⁹ Ismojo Herdono dan Arinda Wahyu Ningtyas. “*Pengaruh Terpaan Tayangan YouTube Londo Kampung terhadap Tingkat Pengetahuan Bahasa Suroboyoan pada Subscribers di Surabaya*”. Jurnal Sprektum Komunikasi Vol. 7 No.1, 2019.

berbagai informasi kesehatan mental mulai dari cara mendapatkan kesehatan mental yang baik, memahami jenis gangguan mental dan perawatannya, hingga menjelaskan bagaimana dampak memiliki kesehatan mental yang baik dalam kehidupan sehari-hari terhadap audiens kontennya sebagian besar adalah pemuda. Konten kesehatan mental diperkenalkan secara ringan dan mudah dimengerti melalui Youtube *channel* mereka, Satu Persen membuat konten yang dapat menyebarkan literasi kesehatan mental kepada khalayak luas, terutama Generasi Z sebagai generasi yang memiliki kesehatan mental paling buruk. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui dan memahami apakah terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School dapat mempengaruhi literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya dan seberapa jauh tingkat pengaruhnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School memiliki pengaruh terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya?
2. Jika ada, sejauh mana tingkat pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan yang ingin diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dan menjelaskan pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.
2. Untuk mengetahui dan menjelaskan tingkat pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen - Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharap mampu menyuguhkan karya terkini yang dapat berkontribusi pada pengembangan teori-teori ilmu komunikasi, terutama analisis komunikasi massa dan pengaruh terpaan konten Youtube sebagai media untuk menambah literasi Kesehatan mental Generasi Z. Peneliti juga berharap agar karya penelitian ini bisa menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang serupa di masa depan.

2. Manfaat Praktis

Peneliti mengharapkan agar karya ini bisa menginformasikan untuk para akademisi perihal kebenaran mengenai obyek penelitian serta memperoleh bekal yang dapat diaplikasikan untuk pengembangan lebih lanjut. Selanjutnya, peneliti juga

mengharapkan agar karya penelitian ini bisa menjadi rujukan untuk *content creator* atau pembuat konten di Youtube, sehingga saat membuat konten video mereka dapat memikirkan efek atau dampak konten itu pada kemampuan memahami dan mendengar terutama literasi kesehatan mentalnya.

E. Definisi Operasional

Menurut Sugiyono, pengertian definisi operasional dalam variabel penelitian yaitu suatu atribut, sifat atau nilai dari obyek atau aktivitas yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk ditelaah dan kemudian diambil kesimpulannya.¹⁰ Perumusan definisi variabel penelitian bersifat wajib guna menghindari adanya kesalahan ketikan proses pengumpulan data.

Definisi operasional dirumuskan untuk memperjelas makna variabel yang dimaksud oleh peneliti dengan menginformasikan cara mengukur suatu variabel. Definisi operasional digunakan sebagai pedoman penerapan cara mengukur suatu variabel.

Terdapat dua variabel yakni satu variabel bebas (*independent variable*) dan satu variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas dari penelitian ini yaitu terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School (X), sedangkan variabel terikatnya adalah literasi kesehatan mental (Y).

¹⁰ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*” (Bandung: Alfabeta, 2015), 38.

Untuk menghindari kerancuan serta pembahasan yang melebar perihal judul yang dikemukakan, maka definisi operasional sebagai berikut:

1. Terpaan Konten Youtube Satu Persen - Indonesian Life School (X)

Menurut Ardianto, terpaan memiliki arti tindakan, membaca, melihat, serta mendengar pesan media atau mengalami dan memperhatikan pesan yang dapat terjadi pada seseorang maupun kelompok.¹¹

Media exposure atau terpaan media meliputi informasi publik tentang pendayagunaan media yaitu macam-macam media, frekuensi atau seringnya penggunaan, maupun waktu atau durasi penggunaan. Frekuensi penggunaan mencakup seberapa kali individu berkesempatan memakai media dalam batasan waktu tertentu. Durasi media mencakup seberapa banyak waktu audiens menyimak suatu program di media.¹²

Terpaan media juga dapat diartikan sebagai kondisi ketika audiens secara terus menerus diterpa oleh pesan-pesan media dan terbuka menerima pesan tersebut. Terpaan konten secara implisit memberikan paparan dan mengajarkan publik untuk mendapatkan cara berfikir khusus, dalam hal ini literasi kesehatan mentalnya.

¹¹ Elvinaro Ardianto, "*Komunikasi Massa Suatu Pengantar*," (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2014), 168.

¹² Rachmat Kriyantono. "*Teknik Praktis Riset Komunikasi : Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*," (Jakarta: Kencana, 2008), 207.

Pada tahun 2005, Youtube didirikan oleh Chad Hurley, Steve Chen, dan Jawed Karim. Youtube adalah situs portal website yang menyediakan fasilitas berbagi video. Alasan pengguna internet menggunakan Youtube tidak hanya agar memperoleh hiburan, namun juga agar bisa memperoleh informasi. Fasilitas yang bisa digunakan oleh pengguna youtube yakni memuat, menonton, dan membagikan video secara gratis.¹³

Hootsuite We Are Social merilis data pengguna internet di Indonesia paling sering menggunakan platform Youtube. Pada bulan Januari 2021, terdapat 93,8 persen pengguna Youtube dari total jumlah pengguna internet aktif yakni 202,6 juta.¹⁴

Salah satu *channel* edukasi yang memiliki banyak subscribers atau penonton adalah Satu Persen, sebuah *channel* edukasi yang berbagi ilmu dan keterampilan penting dalam hidup. Satu Persen merupakan startup pendidikan yang bergerak di bidang kesehatan mental dan pengembangan diri.

Satu persen memiliki 1.610.000 subscribers per 17 September 2021. Satu Persen telah mengunggah video sebanyak 821 tayangan dalam *channel* Youtubanya mulai 02 Agustus 2017. Pada umumnya, total penonton video Satu Persen sebanyak 120,03ribu *viewers* atau penonton. Dengan jumlah viewers terbanyak pada salah satu video sebanyak 3,9 juta penonton. Dilansir dari Nox

¹³ Asdani Kindarto. “*Belajar Sendiri YouTube*” (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2008), 1.

¹⁴ Simon Kemp, “*Digital 2021: Indonesia — Data Reportal – Global Digital Insights*” (<https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>), diakses pada tanggal 2 Agustus 2021 pukul 15.00)

Influencer, Satu Persen terpilih menjadi channel Youtube yang memiliki perkembangan paling cepat di dunia pada bulan November 2019.¹⁵

Melalui *channel* youtube mereka, Satu persen memberikan berbagai edukasi tentang psikologi, kesehatan mental, kehidupan sosial, pengembangan diri serta pendidikan. Dilansir melalui *channel* YouTube Satu Persen, jumlah video dengan topik kesehatan mental berada di urutan kedua terbanyak setelah video dengan topik self-awareness dan self kontrol. Total video dengan topik kesehatan mental per 17 September 2021 adalah sejumlah 152 video. Topik kesehatan mental yang ada di *channel* Satu Persen meliputi apa saja gangguan mental, bagaimana cara mengendalikan gangguan kesehatan mental, serta mitos maupun fakta perihal kesehatan mental.¹⁶

Video-video Satu Persen yang diteliti dalam penelitian ini adalah video yang mempunyai bahasan tentang kesehatan mental. Seperti video berjudul:¹⁷

- 1) Cara Mengatasi Berpikir Berlebihan (Mengatasi Rasa Cemas)
- 2) Kesehatan Mental: Apa Aku Normal? (Stress dan Overthinking)

¹⁵ Nox Influencer, "Satu Persen - Indonesian Life School Dasbor YouTube Stats & Analytics"

(https://id.noxinfluencer.com/youtube/channel/UC_eifcllgN8Q_8m34nWo3Q), diakses pada tanggal 2 Agustus 2021 pukul 15.00.

¹⁶ Satu Persen – Indonesian Life School

(https://www.youtube.com/channel/UC_eifcllgN8Q_8m34nWo3Q), diakses pada 17 September 2021 pukul 17.00.

¹⁷ Ibid.

- 3) Cara Menghilangkan Pikiran Negatif (Berhenti Khawatir Dan Menjaga Energi Positif)
- 4) Cara Mengembangkan Diri Sendiri Tanpa Orang Lain (Menganalisa Diri Sendiri)
- 5) Cara Mengenal Diri Sendiri

2. Literasi Kesehatan Mental (Y)

Jorm menyatakan bahwa, “*mental health literacy* refers to the knowledge and beliefs about mental disorders which aid their recognition, management or prevention” atau pengetahuan dan keyakinan individu terkait pemahaman mengenai gangguan mental. Kemampuan ini dapat membantu individu untuk mengenali, mengelola, dan mencegah masalah mental baik pada diri sendiri maupun orang lain.¹⁸ Dengan arti lain, literasi kesehatan mental merupakan kemampuan dan keterampilan seseorang untuk menyadari adanya gangguan mental serta dapat mengetahui cara mengatasinya.

Terdapat 2 aspek utama dalam konsep literasi kesehatan mental dari Jorm yaitu *knowledge* dan *attitude*. *Knowledge* menggambarkan pengetahuan seseorang untuk mengenali dan mengidentifikasi gangguan mental tertentu, memahami faktor-faktor penyebabnya serta risikonya. Sedangkan *attitude* menggambarkan kemampuan dan sikap seseorang dalam melakukan pencarian informasi, pertolongan, treatment

¹⁸ Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. “*Mental health literacy in higher education students.*” *Early intervention in psychiatry*” 6(1), 2012, 45-52.

dan juga pencarian bantuan profesional (help-seeking) untuk menangani gangguan mental tertentu.¹⁹

Literasi kesehatan mental diharapkan dapat membantu seorang individu untuk dapat mengenali permasalahan gangguan kesehatan mental sejak awal supaya seorang individu bisa segera mencari bantuan yang tepat. Oleh karenanya, literasi kesehatan mental adalah aspek yang berpengaruh dalam memajukan kesehatan seorang individu serta masyarakat.

Terdapat lima aspek dari literasi kesehatan mental yakni meliputi:²⁰

- a. Pengetahuan perihal cara terbaik untuk mencegah gangguan kesehatan mental
- b. Penerimaan diri akan kapan suatu gangguan mental tersebut berkembang
- c. Pengetahuan perihal pilihan pertolongan dan perawatan yang ada
- d. Strategi pertolongan diri sendiri untuk masalah gangguan mental ringan
- e. Kemampuan pertolongan pertama untuk membantu orang lain yang menderita gangguan kesehatan mental

¹⁹ Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. "Mental health literacy in higher education students." *Early intervention in psychiatry*" 6(1), 2012, 45-52.

²⁰ Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. "Mental health literacy in higher education students." *Early intervention in psychiatry*" 6(1), 2012, 45-52.

F. Sistematika Pembahasan

Adapun sistematika pembahasan yang dapat membantu pembaca untuk memahami skripsi ini, yaitu antara lain :

Bab pertama mengkaji pendahuluan, bagian berikut memuat gambaran mengenai latar belakang permasalahan berisi fenomena gangguan mental memiliki kecenderungan menghinggapi beberapa anak muda karena tekanan-tekanan sosial, hingga sistematika pembahasan.

Bab kedua mengkaji kajian teoritik mengenai pengaruh terpaan media massa, pada penelitian ini konten YouTube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental gen Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Bab ketiga mengkaji metode penelitian, terdapat rincian metode penelitian yang dipakai peneliti dengan alasan beserta justifikasinya. Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey serta teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana.

Bab keempat mengkaji hasil penelitian dan bahasan, memuat gambaran umum obyek penelitian yakni generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, hingga pembahasan hasil penelitian dari perspektif teoritis teori S-O-R dan keislaman.

Bab kelima mengkaji penutupan, bagian berikut memuat kesimpulan atau hasil akhir penelitian, saran dan rekomendasi dari peneliti untuk penelitian selanjutnya, serta keterbatasan dari penelitian agar dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Pengkajian tentang media audiovisual di youtube tidak pertama kalinya dilakukan. Setelah peneliti menelusuri beberapa karya tulis ilmiah, terdapat beberapa penelitian yang mengkaji hal serupa dengan topik dan porsi yang sama, namun spesifikasi yang berbeda. Penelitian terdahulu digunakan sebagai bahan acuan perspektif atau bahan pembeda pada penelitian ini. Beberapa hasil penelitian terdahulu yakni:

Pertama, penelitian oleh Audila Saprilia Budi Priyono²¹ mengungkapkan bahwa variabel terpaan konten youtube Gadgetin berpengaruh signifikan terhadap variabel keputusan pembelian produk Samsung. Hal tersebut diketahui setelah dilakukannya proses uji-t dengan nilai signifikansi $0 < 0.1$ dan variabel tersebut memiliki nilai t-hitung sebesar $3.860 > 1.660715$. dari nilai t-tabel.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Ismojo Herdono dan Arinda Wahyu Ningtyas²² didapatkan nilai koefisien

²¹ Audila Saprilia Budi Priyono. *“Pengaruh Terpaan Konten YouTube dan Influencer Marketing terhadap Keputusan Pembelian (Studi Pada Konten YouTube Gadgetin dan Influencer Marketing terhadap keputusan pembelian produk samsung di kalangan subscribers Gadgetin)”* (Jakarta: Universitas Pertamina, 2021).

²² Ismojo Herdono dan Arinda Wahyu Ningtyas. *“Pengaruh Terpaan Tayangan YouTube Londo Kampung terhadap Tingkat Pengetahuan*

korelasi sebesar 0.581, maka ada hubungan atau korelasi signifikan antar variabel menonton konten Youtube “londokampung” dengan variabel tingkat pengetahuan bahasa Suroboyo. Diketahui bahwa tayangan “londokampung” berpengaruh cukup signifikan pada penambahan pemahaman Bahasa Suroboyoan. Hal ini dipengaruhi oleh aspek-aspek pada terpaan media seperti frekuensi, atensi, dan durasi.

Ketiga, penelitian oleh Mayangsari Cantika Mutiara dan Lintang Ratri Rahmiaj²³ mengungkapkan bahwa terpaan beauty vlog dan tingkat pengetahuan bahaya make up tidak mempengaruhi perilaku penggunaan make up pada anak. Namun diketahui pada hasil analisis regresi, bahwa variabel X mempunyai pengaruh positif 0,049 terhadap variabel Y, variabel X2 mempunyai pengaruh negatif -0,198 terhadap variabel Y.

Keempat, penelitian oleh Rodney Duffett²⁴ memperoleh hasil yang mengungkapkan bahwa Youtube *marketing communication* berpengaruh positif terhadap hipotesis asosiasi sikap. Penelitian mengkaji mengenai bagaimana YouTube mempunyai pengaruh terhadap kalangan pengguna muda. Responden yang terkait dalam penelitian

Bahasa Suroboyoan pada Subscribers di Surabaya”. Jurnal Sprektum Komunikasi Vol. 7 No.1, 2019.

²³ Mayangsari Cantika Mutiara dan Lintang Ratri Rahmiaji. “Pengaruh Terpaan Beauty Vlog di YouTube dan Tingkat Pengetahuan Bahaya Make Up Terhadap Perilaku Penggunaan Make Up Pada Anak”. ejournal.undip.ac.id, 2019.

²⁴ Rodney Duffett. “The YouTube Marketing Communication Effect on Cognitive, Affective and Behavioural Attitudes among Generation Z Consumer”(MDPI Multidisciplinary Digital Publishing Institute. Sustainability, 12, 5075, 2020.

ini adalah pelajar sekolah dan perguruan tinggi dari Afrika sejumlah 3750 orang.

Kelima, penelitian oleh Moneeba Iftikhar, Sohail Riaz, dan Zahid Yousaf²⁵ mengungkapkan bahwa secara keseluruhan terdapat dampak positif dari konten tutorial di youtube untuk perkembangan keterampilan di kalangan pemuda. Tutorial youtube membantu kaum muda dalam memahami dan membangun bakat yang mereka miliki. Selanjutnya hasil menunjukkan bahwa konten tutorial di youtube memungkinkan untuk meningkatkan akademik siswa, sebagai bekal di masa depan.

Dilihat dari penelitian tersebut diatas, perbedaan dan keunikan penelitian ini dan penelitian sebelumnya ada pada bagian pokok yang dikaji yaitu terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

B. Kerangka Teori

1. Terpaan Konten YouTube Satu Persen

a. Pengertian Terpaan Media

Saat ini, dalam kegiatan sehari-hari, kita tidak bisa terhindar dari terpaan media massa. Akhir-akhir ini, pilihan media massa semakin kompleks, tidak hanya ada surat kabar, televisi, dan radio saja, namun hadirnya media komunikasi berbasis internet

²⁵ Rodney Duffett. *"The YouTube Marketing Communication Effect on Cognitive, Affective and Behavioural Attitudes among Generation Z Consumer"*(MDPI Multidisciplinary Digital Publishing Institute. Sustainability, 12, 5075, 2020.

telah menambah cara berkomunikasi masyarakat. Hiburan dan informasi dapat diakses secara digital oleh masyarakat dengan adanya media berbasis internet ini.

Berdasarkan pendapat Larry Shore, terpaan media bukan sekadar melihat apakah seorang individu berada dekat secara fisik, namun apakah seseorang terbuka dan menerima pesan media massa.²⁶

Terpaan merupakan aktivitas membaca, melihat, dan mendengar pesan media maupun memiliki *experience* dan ketertarikan pada pesan tersebut. Sedangkan menurut Sari dalam Kriyantono, secara sederhananya, terpaan media adalah media yang dipergunakan, frekuensi dalam penggunaannya, maupun durasi dalam penggunaannya.²⁷

Dari pernyataan beberapa ahli di atas dapat di ambil kesimpulan oleh peneliti, bahwa terpaan media (*exposure media*) merupakan kondisi ketika audiens secara terus menerus diterpa oleh pesan media. Khalayak bebas menentukan media mana yang akan dipakai dan media mana dapat mencukupi kebutuhan informasinya serta terpaan media dapat berdampak pada audiens yang mendengar, melihat, dan memperhatikan pesan yang disiarkan oleh media massa.

²⁶ Rachmat Kriyantono. "*Riset Komunikasi*" (Jakarta: Kencana, 2006), 209.

²⁷ Rachmat Kriyantono. "*Teknik Praktis Riset Komunikasi : Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*" (Jakarta: Kencana, 2008), 209.

b. Pengukuran Terpaan Media

Berdasarkan pendapat Elvinaro, terdapat 3 faktor untuk mengukur terpaan media, antara lain:²⁸

1) Frekuensi

Dinilai bersumber pada seberapa sering media dilihat, didengar dan dibaca oleh khalayak. Dengan bertambahnya frekuensi, maka bertambah juga pesan yang melekat pada kepribadian penonton dan menarik perhatian dari penonton. Dalam penelitian ini meliputi rutinitas atau seberapa sering penonton generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya menonton dan mengkonsumsi isi pesan dari konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School.

2) Durasi

Dinilai bersumber pada seberapa banyak waktu media diperhatikan, dilihat, dan didengarkan oleh khalayak. Dalam penelitian ini meliputi berapa lama waktu yang digunakan penonton generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya dalam menyaksikan dan mengkonsumsi isi pesan dari konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School.

²⁸ Elvinaro Ardianto dan Lukiati Komala Erdinaya, "*Komunikasi Massa: Suatu Pengantar*" (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2005), 2.

3) Atensi

Diukur berdasarkan pada tingkat perhatian dan ketertarikan yang diberikan oleh khalayak ketika melihat, mendengar, dan membaca media dengan tidak melakukan kegiatan lainnya. Dalam penelitian ini meliputi intensitas dan perhatian penonton generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya dalam menyimak isi pesan.

c. Konten Youtube Satu Persen

Satu Persen-Indonesian Life School adalah sebuah *channel* edukasi yang secara aktif berbagi informasi seputar keterampilan dalam kehidupan yang belum pernah disampaikan di sekolah konvensional maupun di kehidupan bermasyarakat. Satu Persen merupakan *startup* pendidikan yang bergerak di bidang kesehatan mental dan pengembangan diri. Satu Persen dibangun dari latar belakang keresahan *founders* terkait permasalahan kesehatan mental dan pengembangan diri yang belum tertangani dengan baik di Indonesia.

Didirikan pada Januari 2019 oleh Ifandi Khainur Rahim, seorang mahasiswa lulusan psikologi Universitas Indonesia. Dilansir dari Nox Influencer, Satu Persen terpilih menjadi *channel* Youtube yang memiliki perkembangan tercepat di dunia pada bulan November 2019.²⁹ Satu Persen membahas

²⁹ Nox Influencer, “*Satu Persen - Indonesian Life School Dasbor YouTube Stats & Analytics*” (https://id.noxinfluencer.com/youtube/channel/UC_eifclljgN8Q_8m34nW_o3Q), diakses pada tanggal 2 Agustus 2021 pukul 15.00.

topik-topik berkualitas secara ringan dan mudah dipahami.

Kurikulum yang dimiliki oleh Satu Persen yakni *fundamental & basic skills, self knowledge, relationship, career, bigger meaning, dan philosophy of life*. Kurikulum tersebut yang menjadi isi konten dari *channel* YouTube Satu Persen. Satu Persen memiliki tujuan utama yakni membuat semua orang di Indonesia bahkan dunia menjadi berdaya. Berdaya dengan maksud seseorang yang menonton tayangan *channel* YouTube Satu Persen dapat mempunyai *identity aware, active problem solver, growth mindset*. Sesuai dengan pesan yang selalu terselip dalam konten video Satu Persen, yakni mereka berharap penonton dapat berubah menjadi pribadi yang lebih baik, setidaknya satu persen dalam sehari.

Satu Persen mulai aktif memposting video sejak akhir tahun 2018. Hingga saat ini 17 September 2021, Satu Persen telah memiliki lebih dari 1.610.000 subscriber atau pengikutnya di YouTube dengan jumlah viewers terbanyak pada salah satu video sebanyak 3,9 juta penonton. Konten dengan jumlah viewers atau penonton paling banyak adalah tentang Self-Awareness dan Self Control. Dalam episode ini, biasanya berisi tentang hal-hal yang bertujuan untuk meningkatkan konsep diri kita

sebagai manusia. Tayangan dalam YouTube Satu Persen memiliki durasi antara 10 sampai 20 menit.³⁰

2. Literasi Kesehatan Mental

a. Pengertian Literasi Kesehatan Mental

Jorm menyatakan bahwa, “*mental health literacy* refers to the knowledge and beliefs about mental disorders which aid their recognition, management or prevention” atau pengetahuan dan keyakinan individu terkait pemahaman mengenai gangguan mental. Kemampuan ini dapat membantu individu untuk mengenali, mengelola, dan mencegah masalah mental baik pada diri sendiri maupun orang lain.³¹ Dengan arti lain, literasi kesehatan mental merupakan kemampuan dan keterampilan seseorang untuk menyadari adanya gangguan mental serta dapat mengetahui cara mengatasinya.

Terdapat 2 aspek utama dalam konsep literasi kesehatan mental dari Jorm yaitu *knowledge* dan *attitude*. *Knowledge* menggambarkan pengetahuan seseorang untuk mengenali dan mengidentifikasi gangguan mental tertentu, memahami faktor-faktor penyebabnya serta risikonya. Sedangkan *attitude* menggambarkan kemampuan dan sikap seseorang dalam melakukan pencarian informasi, pertolongan, treatment dan juga pencarian bantuan profesional

³⁰ Satu Persen – Indonesian Life School (https://www.youtube.com/channel/UC_eifclljgN8Q_8m34nWo3Q), diakses pada 17 September 2021 pukul 17.00.

³¹ Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. “*Mental health literacy in higher education students.*” *Early intervention in psychiatry*” 6(1), 2012, 45-52.

(help-seeking) untuk menangani gangguan mental tertentu.³²

Literasi kesehatan mental mengacu kepada pengetahuan dan kepercayaan individu mengenai masalah mental. Literasi kesehatan mental dibutuhkan untuk mengidentifikasi masalah mental sejak dini agar individu dapat mencari pertolongan yang tepat dan sesegera mungkin. Oleh sebab itu, literasi kesehatan mental merupakan faktor penting untuk meningkatkan kesehatan individu serta populasi.³³

Berdasarkan beberapa pengertian literasi kesehatan mental diatas, dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental adalah sebuah pengetahuan memperoleh dan mempertahankan kondisi mental yang sehat, menghindari diri dari stigma tentang gangguan mental, pengenalan gejala spesifik gangguan mental, penyebabnya, dan pengetahuan tentang cara mengakses bantuan profesional saat diperlukan.

b. Ruang Lingkup Literasi Kesehatan Mental

Adapun ruang lingkup literasi kesehatan mental menurut Reavley & Jorm yakni sebagai berikut.³⁴

³² Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. "Mental health literacy in higher education students." *Early intervention in psychiatry* 6(1), 2012, 45-52.

³³ Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. "Mental health literacy: Past, present, and future." *The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3), 2016, 154-158.

³⁴ Reavley, N.J., & Jorm, A. F, "Stigmatizing attitudes towards people with mental disorders: Findings from an Australian national survey of mental

- 1) Pemahaman terkait definisi gangguan mental
- 2) Dapat mengidentifikasi gangguan mental dan mempunyai keyakinan terhadap perawatan gangguan
- 3) Mempunyai keyakinan diri untuk menolong individu dengan gangguan kesehatan mental
- 4) Keyakinan terhadap peluang kesembuhan individu
- 5) Mempunyai keyakinan pada pemicu dan faktor resiko gangguan mental
- 6) Paparan gangguan mental (dalam lingkungan terdekat)
- 7) Memiliki sikap terhadap stigma gangguan mental
- 8) Penanganan terhadap masalah mental
- 9) Mengetahui kapasitas diri untuk mengidentifikasi keikutsertaan fasilitator layanan kesehatan mental

c. Aspek Literasi Kesehatan Mental

Terdapat 4 aspek literasi kesehatan mental yaitu meliputi :³⁵

- 1) Memahami bagaimana cara mendapatkan dan menjaga kesehatan mental yang baik
- 2) Memahami macam gangguan jiwa dan pengobatannya
- 3) Mengurangi stigma terhadap penyakit jiwa

health literacy and stigma" The Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists, 45, 2011, 1086-1093.

³⁵ Kutcher S, Bagnell A, Wei Y. "Mental health literacy in secondary schools: a Canadian approach." Child Adolesc Psychiatr Clin N Am, 24(2), 2015, 233.

- 4) Mengetahui opsi pencarian pertolongan dan perawatan yang tersedia.
- d. Faktor yang Mempengaruhi Literasi Kesehatan Mental

Menurut Pawlak, faktor yang dapat mempengaruhi literasi kesehatan adalah:³⁶

- 1) Usia
- 2) Jenis kelamin
- 3) Genetik
- 4) Budaya dan bahasa
- 5) Tingkat pendidikan atau edukasi (level membaca, kompetensi teknologi)
- 6) Pekerjaan
- 7) Lingkungan (akses ke pelayanan Kesehatan, teknologi dan informasi)

Menurut Wijayanti, faktor yang mempengaruhi literasi kesehatan mental adalah:³⁷

- 1) Usia
- 2) Jenis kelamin
- 3) Tempat tinggal
- 4) Tingkat pendidikan
- 5) Bidang Pendidikan
- 6) Status terindikasi gangguan mental

3. Teori S-O-R

Adapun teori yang selaras dengan topik pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental gen Z di

³⁶ Pawlak R, "Economic Considerations Of Health Literacy", Nurs Econ. 2005 Jul 1; 23: 173–80, 147.

³⁷ Elizabeth Anita Wijayanti, "Gambaran dan Identifikasi Faktor Literasi Gangguan Depresi Pada Masyarakat di Wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta", (Yogyakarta: UGM, 2018)

Kecamatan Jambangan Kota Surabaya adalah teori S-O-R.

Peneliti memanfaatkan teori S-O-R (*Stimulus-Organism-Response*) yang dikembangkan oleh Melvin DeFleur pada tahun 1970.³⁸ Pada dasarnya teori ini mengatakan bahwa *response* atau tanggapan adalah suatu reaksi khusus terhadap *stimulus* atau rangsangan khusus, maka individu bisa berspekulasi atau memprediksi timbulnya keterkaitan kuat antara substansi pernyataan dengan tanggapan khalayak. Konsep ini mendasarkan dugaan bahwa pemicu terjadinya perubahan tingkah laku bergantung pada kualitas *stimulus* atau rangsangan.³⁹

Pesan media memuat stimulus khusus yang akan memiliki reaksi berbeda-beda berdasarkan karakteristik pribadi seorang individu. Keberhasilan seorang individu, kelompok atau masyarakat dapat mengalami perubahan perilaku sangat ditentukan dari karakteristik *sources* atau sumber komunikasinya, misalnya dari kredibilitas, kepemimpinan, dan gaya bicara mereka.

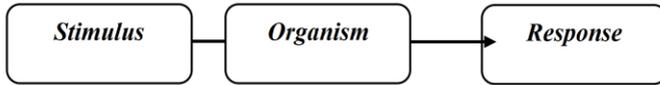
Dapat disimpulkan terdapat korelasi antara pesan pada media dan reaksi atau tanggapan dari audiens. Elemen utama dari stimulus respon antara lain stimulus (pesan), penerima dan efek (respons).

Gambar 2. 1

³⁸ Onong Uchjana Effendy, "Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi" (Bandung: Citra Aditya Bakti, 2003), 254.

³⁹ Pakarkomunikasi.com, "Teori Stimulus Respon dalam Komunikasi Massa yang Efektif" <https://pakarkomunikasi.com/teori-sor> diakses pada 30 September 2021 pukul 20:59.

Penerapan Teori S-O-R



Dalam penelitian ini, isi konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School berkedudukan sebagai pesan (*Stimulus*, S), Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya sebagai (*Organism*, O), dan literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya berkedudukan sebagai efek (*Response*, R).

4. Perspektif Islam

a. Media Komunikasi dalam perspektif Islam

Kajian ilmu komunikasi dalam Islam, pada hakikatnya sama seperti ilmu komunikasi umum, yang mengkaji perihal manusia. Komunikasi ada di semua segi kehidupan manusia. Komunikasi adalah penyampaian serta penerimaan pesan dengan setidaknya dua individu, sehingga pesan yang direncanakan dapat dimengerti.⁴⁰

Dengan banyaknya media komunikasi *online* atau daring, maka metode penyebaran pesan harus diiringi dengan pemikiran kreatif, ekspresi diri atau *self-expression*, dan kecakapan intelektual sehingga dapat menampilkan informasi yang sesuai dan memiliki banyak kebijakan.

⁴⁰ Nazarullah, "Teori-Teori Komunikasi Massa Dalam Perspektif Islam," Jurnal Peurawi, Vol. 1 No. 1 (2018): 2.

Dalam surat Muhammad ayat 17 dijelaskan bahwa orang-orang yang mau menerima petunjuk, Allah akan menambah petunjuk dan memberikan balasan berupa ketaqwaan.

وَالَّذِينَ اهْتَدَوْا زَادَهُمْ هُدًى وَآتَاهُمْ تَقْوَاهُمْ

“Dan orang-orang yang mau menerima petunjuk, Allah menambah petunjuk kepada mereka dan memberikan balasan ketaqwaannya.”⁴¹

Dalam hal penelitian ini, terpaan konten Youtube menjadi media komunikasi yang bisa memberikan petunjuk bagi audiensnya yang membutuhkan petunjuk berupa literasi kesehatan mental.

b. Literasi kesehatan mental dalam perspektif Islam

Kemajuan teknologi memiliki dampak pada aspek-aspek kejiwaan masyarakat. Dari perspektif Islam, kesehatan mental adalah keahlian seorang individu dalam mengendalikan kesesuaian antara kejiwaan dan terbentuknya adaptasi dengan diri sendiri dan lingkungan sekitar.

Kejiwaan atau mental yang sehat adalah kejiwaan yang memiliki keyakinan dan ketaqwaan kepada Allah SWT. Jika seorang individu memiliki hal dua hal tersebut, maka ia bisa mengontrol perilaku, aktivitas dan reaksi manusia dalam mengelola berbagai persoalan kehidupan.

⁴¹ Al-Quran Terjemahan. Departemen Agama RI. (Bandung: CV Darus Sunnah, 2015), QS *Muhammad*/26:17.

Perspektif Islam tentang masalah mental tidak jauh berbeda dari perspektif spesialis kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Dalam bukunya yang berjudul “Psikologi Agama” Dr. Jalaluddin menyatakan, mental yang sehat adalah keadaan jiwa yang secara konsisten dalam keadaan tenang, menjaga keharmonisan batin bisa didapatkan dengan cara menyerahkan diri atau pasrah penuh kepada Tuhan).

Terdapat dua cara untuk menyelesaikan permasalahan kejiwaan, yakni bertemu dengan spesialis kesehatan psikologi atau melalui pendekatan agama. Dalam perspektif Islam, Al-Qur'an dapat menjadi obat (asy-Syifa) penyakit jasmani dan rohani.

Pada kitab suci Al-Qur'an, ada berbagai surat yang menafsirkan perihal kesehatan. Jika seseorang ingin mendapatkan ketenangan batin, dapat diraih dengan berdo'a kepada Allah. Ketaqwaan dan tindakan yang terpuji adalah strategi yang tepat untuk mencegah ketakutan dan kesedihan. Salah satunya diperjelas pada surat Al-Ra'ad ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram".

Tafsir dari ayat ini yaitu, umat yang mendapatkan tuntunan dari-Nya, adalah orang-orang yang

memiliki iman dan yang hatinya menemukan rasa kedamaian karena mereka selalu mengingat Allah. Hati bisa menjadi tenang dan jiwa bisa menjadi tentram, tidak merasa cemas, khawatir, atau stress jika senantiasa mengingat Allah.

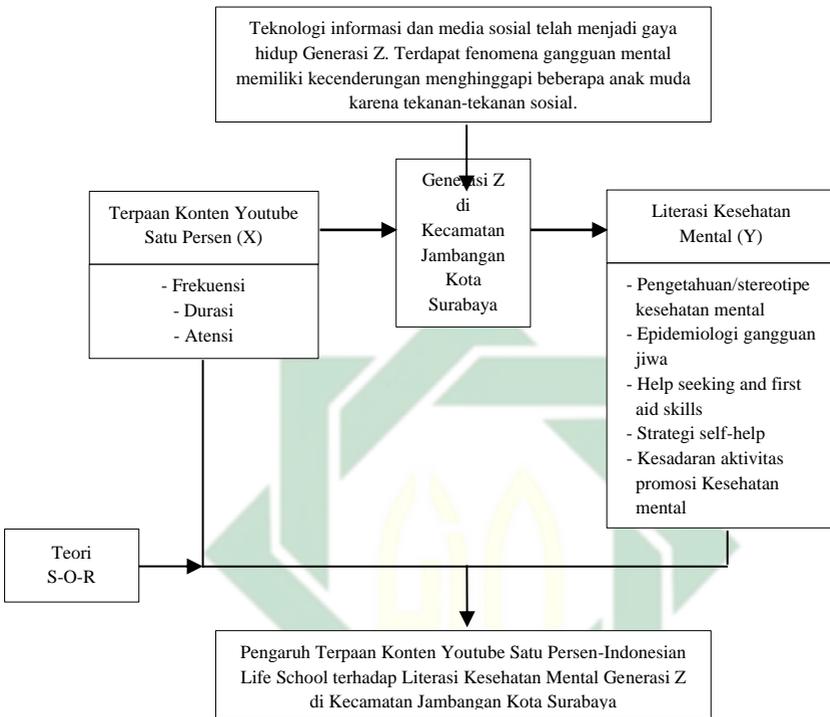
Dalam ayat tersebut ditegaskan bahwa dalam kehidupan bermasyarakat, agama tidak dapat dipisahkan. Dalam Islam, memahami dan menjaga kesehatan mental adalah hal yang dianjurkan. Agama Islam memiliki peranan untuk menolong manusia dalam merawat serta mengobati jiwa mereka dan menjaga mereka dari masalah mental serta mendorong kondisi kesehatan mentalnya. Dengan meresapi dan mempraktikkan ajaran Islam, seorang individu bisa mendapatkan kenikmatan dunia akhirat.

5. Kerangka Pikir Penelitian

Kerangka pikir penelitian adalah model konseptual tentang bagaimana sebuah teori dapat berkorelasi dengan aspek yang telah diidentifikasi menjadi permasalahan utama.⁴²

Gambar 2. 2 Kerangka Pikir Penelitian

⁴² Sugiyono, *“Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D”* (Bandung: Alfabeta, 2018), 60.



Isu yang melatarbelakangi penelitian kali ini adalah bagaimana teknologi informasi dan media sosial telah menjadi gaya hidup Generasi Z. Terdapat fenomena gangguan mental memiliki kecenderungan menghinngapi beberapa anak muda karena tekanan-tekanan sosial.

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Terpaan konten Youtube Satu Porsen-Indonesian Life School adalah variabel bebas (X) dan Literasi Kesehatan Mental adalah variabel terikat (Y). Peneliti ingin mengkaji apakah

terpaan konten Youtube Satu Persen mempunyai pengaruh atau dampak terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Salah satu teori yang mendukung penelitian ini adalah Teori S-O-R. Stimulus yang dimaksud dalam hal ini adalah konten Youtube Satu Persen, sedangkan organismnya adalah generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, dan untuk responsnya adalah literasi kesehatan mental.

Mengacu pada hipotesis penelitian ini yakni ada atau tidak ada pengaruh dari konten Youtube Satu Persen terhadap Literasi Kesehatan Mental Generasi Z, maka dapat diasumsikan jika terpaan konten Satu Persen terhadap Gen Z tinggi, maka literasi kesehatan mental Gen Z akan meningkat.

C. Paradigma Penelitian

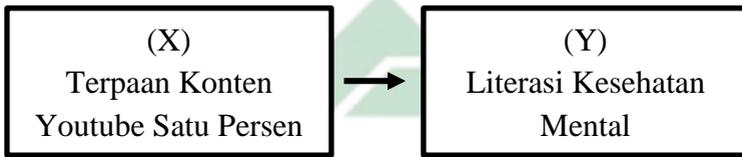
Paradigma adalah pandangan yang menunjukkan hubungan atau korelasi antara variabel yang menjadi konsentrasi dalam penelitian ini, yang secara bersamaan mencerminkan jenis dan jumlah rumusan masalah yang harus dijawab.⁴³

Peneliti menggunakan paradigma positivisme dikarenakan kebenaran dari suatu fenomena bersifat tunggal. Sugiyono menyebutkan bahwa penelitian yang menggunakan paradigma positivistik bergantung pada anggapan fenomena itu bisa dikelompokkan dan korelasi antara fenomena itu memiliki sifat kausal atau sebab-akibat. Sehingga, peneliti

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2018), 42.

melaksanakan penelitian dengan memusatkan perhatian pada beberapa variabel saja. Pola hubungan antar variabel adalah paradigma penelitian.⁴⁴

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah variabel X dalam konteks ini terpaan konten Youtube Satu Persen memiliki pengaruh terhadap variabel Y dalam konteks ini literasi kesehatan mental.



Gambar 2. 3
Paradigma Penelitian

Penelitian kuantitatif berpedoman paradigma positivisme memandang realitas terletak pada fakta serta data ditunjukkan atau diuji coba dengan observasi. Terdapat tiga hal yang akan diuraikan dalam penelitian ini. Bagian awal adalah menjelaskan fakta atau fenomena yang terbentuk. Bagian selanjutnya adalah pemanfaatan data berbentuk bilangan sebagai data pokok. Bagian ketiga adalah penggunaan statistic dalam pengerjaan analisis. Langkah pengerjaan penelitian kuantitatif sangat selektif dan seksama sebab kebanyakan penelitian ini dikerjakan untuk membuktikan kebenaran teori melewati pengujian hipotesis.⁴⁵

⁴⁴ Ibid, 42.

⁴⁵ Uhar Suharsaputra, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan* (Bandung: PT Refika Aditama, 2012), 53.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah yang telah dibuat. Dianggap sementara karena jawaban hanya berlandaskan pada teori yang sesuai, bukan berlandaskan kebenaran yang valid yang didapat dari pengumpulan data.⁴⁶

Maka peneliti menentukan hipotesis dalam penelitian ini, antara lain:

1. H_a : Ada pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

H_0 ditolak dan H_a diterima, itu berarti ada pengaruh yang bermakna oleh variabel X dan Y.

2. H_0 : Tidak ada pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

H_0 diterima dan H_a ditolak, itu berarti tidak ada pengaruh yang bermakna oleh variabel X dan Y.

⁴⁶ Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2015), 38.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif pada penelitian ini. Sugiyono menyatakan bahwa, metode pendekatan kuantitatif termasuk penelitian berbentuk bilangan dan bagian analisisnya menggunakan statistik. Pendekatan kuantitatif adalah metode penelitian yang memiliki landasan *positivism*, metode ini digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu sebagai obyek pengumpulan data, pengambilan sampel dilakukan secara acak, pengumpulan data dilakukan dengan bantuan instrument penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif/statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis penelitian yang telah ditetapkan.⁴⁷

Peneliti menggunakan jenis penelitian survey. Penelitian survey adalah suatu jenis penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, namun data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan kejadian relatif, distribusi, dan hubungan antar variabel, sosiologis maupun psikologis.⁴⁸ Penelitian survey memiliki tujuan untuk memberikan gambaran secara mendetail tentang latar belakang, sifat,

⁴⁷ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2013), 13.

⁴⁸ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2013), 11.

serta karakter yang khas dari suatu kasus atau peristiwa yang bersifat umum.

Peneliti memanfaatkan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian survey untuk melakukan penelitian perihal pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan generasi Z yang berada di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya sebagai sampel penelitian. Maka, lokasi dari penelitian ini adalah di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Adapun kondisi dari Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yakni sebagai berikut :

1. Keadaan Umum Kecamatan Jambangan Kota Surabaya

Kecamatan Jambangan terdiri dari empat kelurahan yakni kelurahan Pagesangan, Kebonsari, Jambangan, dan Karah. Kecamatan Jambangan merupakan salah satu kecamatan yang ada di Kota Surabaya. Kota Surabaya merupakan kota literasi⁴⁹ Kecamatan Jambangan merupakan daerah yang masyarakatnya termasuk golongan masyarakat yang dekat dengan akses literasi pengetahuan. Hal ini dikarenakan pemerintah Kota Surabaya menyediakan perpustakaan atau Taman Baca Masyarakat (TBM)

⁴⁹ Abdul Hakim, "Surabaya deklarasikan sebagai kota literasi" <https://www.antarane.ws.com/berita/432307/surabaya-deklarasikan-sebagai-kota-literasi>, diakses pada tanggal 20 Desember 2021, pukul 14.05.

sebanyak 1.438 titik di tengah-tengah permukiman maupun taman kota. Sebanyak 463 di antaranya berbentuk taman baca masyarakat (TBM) yang tersebar di balai RT/RW, taman, rumah sakit, dan fasilitas publik lainnya. Pendirian perpustakaan atau TBM, selain sebagai pusat ilmu pengetahuan diharapkan juga berdampak nyata terhadap peningkatan literasi masyarakat sehingga dapat kesejahteraan bisa didapat.

2. Keadaan Geografis

a. Batas Wilayah Kecamatan⁵⁰

- 1) Sebelah Utara berbatasan dengan Kec. Wonokromo
- 2) Sebelah Selatan berbatasan dengan Kota Sidoarjo
- 3) Sebelah Barat berbatasan dengan Kec. Karangpilang
- 4) Sebelah Timur berbatasan dengan Kec. Gayungan

b. Luas Wilayah Kecamatan menurut Penggunaannya⁵¹

- 1) Kelurahan Pagesangan seluas 0.10 km² atau 25.64%
- 2) Kelurahan Kebonsari seluas 0.09 km² atau 23.08%
- 3) Kelurahan Jambangan seluas 0.08 km² atau 20.51%
- 4) Kelurahan Karah seluas 0.12 km² atau 30.77%

3. Keadaan Demografi

a. Jumlah Penduduk

⁵⁰ BPS Surabaya. 2021. "Kota Surabaya Dalam Angka". Surabaya.

⁵¹ BPS Surabaya. 2021. "Kota Surabaya Dalam Angka". Surabaya, 5.

Berdasarkan data dari BPS, Kecamatan Jambangan mempunyai total penduduk sebanyak 52.254 jiwa. Dengan rincian laki-laki sebanyak 25.915 jiwa, dan perempuan sebanyak 26.339 jiwa.⁵²

Adapun untuk lebih jelasnya sebagaimana tertera dalam tabel berikut ini:

Tabel 3. 1⁵³

Jumlah Penduduk WNI Menurut Jenis Kelamin
Hasil Registrasi Per Kelurahan di Kecamatan Jambangan
Tahun 2020

Kelurahan	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
(1)	(2)	(3)	(4)
Pagesangan	6.957	7.051	14.008
Kebonsari	5.640	5.684	11.324
Jambangan	5.586	5.722	11.308
Karah	7.731	7.878	15.609
Jumlah	25.914	26.335	52.249

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono, penduduk dicirikan sebagai wilayah generalisasi terdiri dari objek atau subjek-subjek yang memiliki sifat dan kualitas tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diidentifikasi dan

⁵² BPS Surabaya. 2021. "Kota Surabaya Dalam Angka". Surabaya, 40.

⁵³ Ibid.

kemudian ditarik kesimpulan. Fungsi dari adanya populasi agar kita dapat memutuskan besarnya sampel anggota yang akan diambil.⁵⁴

Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang telah menyaksikan konten Satu Persen-Indonesian Life School. Namun, peneliti hanya dapat mengetahui jumlah keseluruhan dari generasi Z yang ada di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, yakni sebanyak 12.828 jiwa atau 23% dari jumlah penduduk di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya. Peneliti tidak dapat mengetahui secara pasti jumlah penonton Konten Youtube Satu Persen dan memiliki peluang untuk terus bertambah. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah infinit, di mana jumlah dan identitas dari anggota populasi tidak dapat diketahui secara pasti.⁵⁵

Tabel 3. 2
Banyaknya Penduduk Menurut Usia
Per Kecamatan dan Kelurahan Kota Surabaya
Tahun 2021⁵⁶

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁵⁴ Sugiyono, *“Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D”* (Bandung: Alfabeta, 2013), 80.

⁵⁵ Supardi, *“Metodologi Penelitian Ekonomi & Bisnis”* (Yogyakarta: UII Press Yogyakarta, n.d.), 102.

⁵⁶ Data Olahan Dokumentasi Kecamatan Jambangan Kota Surabaya 2021.

NAMA KELURAHAN	USIA															
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
JAMBANGAN	190	225	209	192	171	167	172	159	184	171	169	134	166	148	148	180
KARAH	242	257	253	255	228	231	234	221	244	236	235	220	195	208	208	230
KEBONSARI	185	182	207	181	190	165	164	172	155	182	151	172	152	175	158	177
PAGESANGAN	228	251	243	219	249	200	239	255	216	216	197	168	222	213	217	245
TOTAL	845	915	912	847	838	763	809	807	799	805	752	694	735	744	731	832

USIA	JUMLAH
11-14 tahun	3519
15-18 tahun	3217
19-22 tahun	3050
23-26 tahun	3042
TOTAL	12828

2. Sampel

Sugiyono menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dengan asumsi apabila populasi sangat besar, sehingga peneliti tidak mungkin untuk mempelajari semua yang ada di populasi karena keterbatasan waktu, tenaga, dan dana, maka peneliti dapat mengambil sampel yang diambil dari populasi tersebut.⁵⁷

Sugiyono mengungkapkan, sampel itu penting karena jumlah dan kualitas yang digerakkan oleh masyarakat. Mengharapkan dengan asumsi populasi sangat besar, dan tidak layak bagi para ilmuwan untuk mempelajari segala sesuatu dalam populasi karena

⁵⁷ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2013), 80.

waktu, energi, dan aset yang terbatas, analisis dapat mengambil tes yang diambil dari populasi

Roscoe memberikan pendapat bahwa tiga puluh sampai dengan seratus responden merupakan ukuran sampel yang cukup untuk digunakan dalam sebuah penelitian.⁵⁸

Kriteria populasi yang dipilih yaitu Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang telah menyaksikan konten Satu Persen, maka dari itu sampel diambil adalah Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang menyaksikan konten Youtube Satu Persen yang mengisi angket atau kuisioner penelitian.

Dikarenakan jumlah populasinya tidak diketahui dengan pasti, maka sampel diambil menggunakan rumus Lemeshow.

$$n = \frac{p(1-p)(Z_{1-\alpha/2})^2}{D^2}$$

Di mana : n = jumlah sampel minimal

Z = tingkat kepercayaan

p = maximal estimation (0,5)

D = limit dari eror atau presisi absolut

Dalam menentukan besar sampel penelitian jika populasi tidak dapat diketahui dibutuhkan tabel tingkat kepercayaan. Terdapat tiga taraf kepercayaan yang dapat digunakan, yakni yang pertama 90% (1,645), yang kedua 95% (1,960), dan taraf yang paling tinggi

⁵⁸ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: CV Alfabeta, 2017), 27.

yaitu 99%(2,576).⁵⁹ Agar dapat menentukan nilai p (1-p) maka dapat melihat melalui tabel berikut ini :

Tabel 3. 3

Tabel Rumus P Lemeshow

P	P*(1-P)
0,5	0,25
0,4	0,24
0,3	0,21
0,2	0,16
0,1	0,09

Selanjutnya, dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menentukan nilai P yakni 0,5 dengan dasar dari pernyataan Lemeshow yakni “*choosing 0.5 for P in the formula for sample size will always provide enough observations*”.⁶⁰ Sehingga menggunakan nilai P 0,5 sudah cukup memenuhi persyaratan untuk menentukan besaran sampel. Presisi yang digunakan adalah 0,1 (d). Berdasarkan rumus Lemeshow, maka hasil perhitungannya adalah sebagai berikut :

⁵⁹ Galih Primbodo, “Pengaruh Marketing Public Relation Tools Terhadap Brand Awareness,” (Surabaya: Unair, 2019), 10.

⁶⁰ Stanley Lemeshow et al., *Adequacy of Sample Size in Health Studies* (England: John Willey & Sons Ltd., 1990), 2.

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5(1 - 0,5)}{0,1^2}$$

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,1^2}$$

$$n = \frac{3,8461^2 \cdot 0,25}{0,01}$$

$$n = 96,4$$

Telah ditemukan hasil dari perhitungan menggunakan rumus Lemeshow yakni 96,4 yang kemudian dibulatkan menjadi 100. Maka sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini sejumlah 100 responden.

3. Teknik Sampling

Metode *sampling* yang akan dipergunakan dalam penelitian ini adalah *sampling insidental* bagian dari *Non Probability Sampling* dimana penentuan unit *sampling* tidak berlandaskan probabilitas atau peluang tertentu. Metode *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling insidental* yang merupakan bagian dari *Non Probability Sampling*.⁶¹

Santoso dan Tjiptono menyatakan bahwa, *accidental sampling* adalah metode yang menentukan sampel dari individu atau unit yang sangat mudah ditemukan. Sementara itu, *sampling insidental* adalah teknik penentuan sampel yang berlandaskan pada ketidaksengajaan, dimana siapapun individu atau unit yang secara kebetulan peneliti tidak sengaja bertemu,

⁶¹ *Statistika Untuk Penelitian*, 122.

maka bisa dijadikan sampel, jika peneliti menganggap tersebut cocok dijadikan sumber data.⁶²

Hal ini dikarenakan total jumlah populasi dari generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang menyaksikan konten Youtube Satu Persen tidak dapat diketahui dengan pasti serta jumlahnya memiliki peluang untuk terus bertambah seiring dengan berjalannya waktu.

D. Variabel dan Indikator Penelitian

1. Variabel

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yakni satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Adapun variabel yang ada pada penelitian ini sebagai berikut :

a. Variabel bebas (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang membawa pengaruh terhadap variabel lainnya. Variabel bebas yang akan diuji pada penelitian ini adalah terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School.

b. Variabel Y atau variabel terikat

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat yang akan diuji coba pada penelitian ini adalah literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

⁶² 67.

2. Indikator

Indikator penelitian merupakan sesuatu yang dapat digunakan sebagai pedoman dalam mengukur adanya perubahan pada suatu kegiatan atau kejadian.

- a. Indikator terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School (X)⁶³
 - 1) Frekuensi
 - 2) Durasi
 - 3) Atensi
- b. Indikator literasi kesehatan mental (Y)⁶⁴
 - 1) Pengetahuan/stereotype tentang kesehatan mental dan gangguan kesehatan mental
 - 2) Epidemiologi gangguan-gangguan jiwa
 - 3) Help seeking and first aid skills
 - 4) Strategi Self-Help
 - 5) Kesadaran aktivitas promosi kesehatan mental

E. Tahap-Tahap Penelitian

1. Merumuskan Masalah

Pada tahap pertama, peneliti harus dapat menemukan dan memilih masalah apa yang akan diteliti, kemudian merumuskannya dengan jelas sesuai dengan pembahasan pada bagian latar belakang. Teknologi informasi dan media sosial telah menjadi gaya hidup Generasi Z. Terdapat fenomena gangguan mental memiliki kecenderungan menghinnggapi beberapa anak muda karena tekanan-tekanan sosial.

⁶³ Elvinaro Ardianto dan Lukiati Komala Erdinaya, "Komunikasi Massa: Suatu Pengantar" (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2005), 2.

⁶⁴ Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. "Mental health literacy in higher education students." *Early intervention in psychiatry* 6(1), 2012, 45-52.

Oleh karena itu, peneliti menganalisis bagaimana pengaruh media terhadap literasi kesehatan mental generasi Z.

2. Melakukan Studi Pustaka

Pada tahap ini, peneliti harus melakukan pra-survey dan studi pendahuluan. Peneliti harus membaca dan memahami beragam penelitian yang terdahulu serta mencari acuan atau rujukan konsep dan teori yang relevan dengan permasalahan.

Peneliti harus memiliki konsep dasar yang kokoh agar penelitian yang akan dilakukan berbeda dan penting bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

3. Memilih Metode Penelitian

Pada tahap ini, peneliti menentukan metode penelitian kuantitatif dan jenis penelitian survey dengan alasan karena metode ini berpusat pada dampak media terhadap literasi kesehatan mental audiensnya.

4. Menyusun Hipotesis

Pada tahap ini, peneliti menyusun hipotesis atau anggapan dasar untuk memperkuat permasalahan. Dalam penelitian ini, peneliti memformulasikan hipotesis yakni sebagai berikut :

H_a : Ada pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya

H_o : Tidak ada pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya

5. Menentukan Variabel Penelitian

Peneliti menentukan variabel penelitian yakni satu variabel bebas (*independent variable*) dan satu variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebasnya

adalah terpaaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School (X), sedangkan variabel terikatnya adalah literasi kesehatan mental (Y).

6. Menentukan Sampel

Peneliti memilih Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang menyaksikan konten Youtube Satu Persen sebagai populasi. Alasan peneliti menentukan Kecamatan Jambangan Kota Surabaya karena merupakan salah satu Kecamatan yang berada di Kota Surabaya yang dikenal dengan Kota literasi, sedangkan literasi kesehatan mental juga merupakan suatu bentuk literasi.

Jumlah sampel yang ditentukan oleh peneliti diperoleh dari perhitungan menggunakan rumus Lemeshow.

7. Merumuskan Instrumen Penelitian

Penyusunan instrumen dilakukan dengan berlandaskan kuisisioner yang telah dibuat oleh peneliti dengan dasar pedoman indicator dari masing-masing variabel yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. 4
Daftar Pernyataan

Variabel	Indikator	Daftar Pernyataan
<i>Channel</i> Youtube Satu Persen (X)	Frekuensi	Dalam 1 minggu Saya selalu menonton konten Youtube Satu Persen setidaknya 3 kali dan segera menonton ketika ada update terbaru

	Durasi	Saya menonton konten Youtube Satu Persen sampai video berakhir
	Atensi	<p>Satu Persen memiliki pengetahuan tentang literasi Kesehatan mental</p> <p><i>Channel</i> Youtube Satu Persen berisikan konten-konten yang menarik</p> <p>Saya merasa terbantu dengan konten-konten yang ada di <i>Channel</i> Youtube Satu Persen</p> <p>Setelah menonton konten-konten yang ada di <i>Channel</i> Youtubnya, Saya merasa kagum dengan Satu Persen</p> <p>Saya merasa cara penyampaian pesan Satu Persen mudah dipahami dan dimengerti</p>

		Editing audio dan video konten Satu Persen nyaman untuk ditonton
		Konten yang ada pada Youtube Satu Persen mampu memberikan informasi tentang literasi kesehatan mental untuk saya
		Konten yang ada pada Youtube Satu Persen mampu memberikan pengetahuan baru untuk saya
Literasi kesehatan mental (Y)	Pengetahuan/stereotipe tentang kesehatan mental dan gangguan kesehatan mental	Sekarang saya sudah memahami karakteristik dari kesehatan mental dan gangguan mental
		Sekarang saya sudah memiliki kemampuan untuk menyadari gangguan kesehatan mental
	Epidemiologi	Sekarang saya sudah mengenali sumber ataupun

	gangguan-gangguan jiwa	penyebab dari gangguan kesehatan mental
		Sekarang saya sudah memiliki kemampuan untuk mencegah munculnya gangguan kesehatan mental
	Help seeking and first aid skills (keterampilan mencari bantuan dan pertolongan pertama)	Sekarang saya sudah memahami akan pilihan pertolongan dan penanganan tenaga professional yang tersedia (contoh psikiater dll)
		Sekarang saya telah menyarankan orang-orang sekitar yang memiliki gejala gangguan kesehatan mental untuk pergi ke tenaga professional yang tersedia
	Strategi Self-Help (strategi pertolongan)	Sekarang saya sudah memahami strategi pertolongan yang efektif pada gangguan kesehatan mental yang masih ringan

	n terhadap diri sendiri)	Sekarang saya sudah memiliki kemampuan memberikan pertolongan pertama pada seseorang dengan gangguan kesehatan mental ringan
	Kesadaran aktivitas promosi kesehatan mental	Sekarang saya turut serta menyebarkan literasi Kesehatan mental kepada orang-orang disekitar baik secara langsung maupun melalui media sosial
		Sekarang saya sudah tidak menghakimi orang dengan gangguan kesehatan mental dan mendukung mereka dalam pencarian pengobatan

Tabel 3. 5
Skala Penilaian Instrumen

Skor	Pernyataan Positif
1	Sangat Tidak Setuju
2	Tidak Setuju
3	Ragu-ragu

4	Setuju
5	Sangat Setuju

8. Melakukan Uji Instrumen

Dalam penelitian ini, uji instrumen yang dilakukan adalah uji validitas dan uji reliabilitas untuk memastikan instrumen yang dipakai dalam penelitian ini valid serta reliabel.

Peneliti melakukan uji validitas dengan cara mendiskusikan instrumen bersama pakar atau ahli dibidangnya untuk membantu mengoreksi isi instrumen tersebut. Setelah itu akan diuji memakai rumus *Pearson Product Moment*, untuk uji Reliabilitas, peneliti memakai rumus Cronbach Alpha.

9. Mengumpulkan Data

Pada tahap ini, peneliti harus mengumpulkan dan menggabungkan data menggunakan metode pengumpulan data yang sesuai dengan metode pengambilan sampel yang digunakan. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan angket atau kuisioner. Adapun data yang dikumpulkan dan digabungkan berupa nama responden, usia responden, serta pernyataan bahwa responden pernah menonton konten Youtube Satu Persen dan pernyataan lainnya yang telah disesuaikan dengan kisi-kisi yang ada.

10. Analisis Data

Peneliti menganalisa dan menginterpretasikan data yang telah terkumpul. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui ada dan tidaknya pengaruh. Peneliti memakai koefisien determinasi untuk

memahami sejauh mana dampak atau pengaruh itu ada. Dalam hal ini, peneliti menggunakan alat bantu SPSS versi 26.0.

11. Mengkorelasikan dengan Hipotesis

Pada tahap ini, setelah menemukan hasil olahan data, maka peneliti dapat menemukan hipotesis mana yang diterima.

12. Membuat Generalisasi atau Menarik Kesimpulan

Pada tahap ini, peneliti membuat kesimpulan untuk menguraikan kesimpulan atau hasil akhir dari penelitian yang telah dilaksanakan.

Maka dapat diketahui, apakah variabel X mempunyai pengaruh variabel Y dan seberapa jauh dampak atau pengaruh tersebut ada.

13. Membuat Laporan Akhir Hasil Penelitian

Setelah semua tahap selesai dilaksanakan, hasil penelitian tersebut harus ditulis kemudian dilaporkan sesuai dengan format yang telah ditentukan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini ini mengumpulkan data menggunakan tiga cara, yakni angket, dokumentasi, dan observasi.

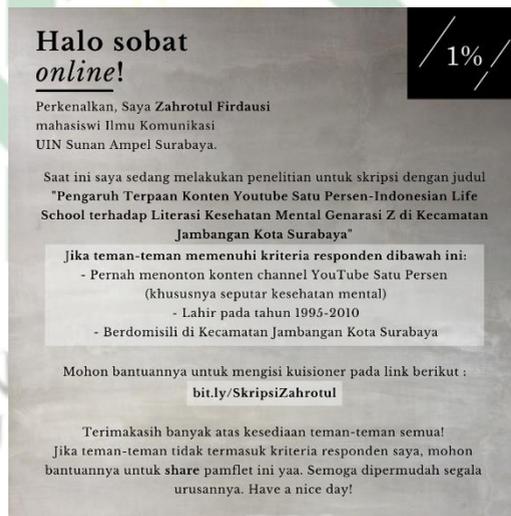
a. Angket (Kuisisioner)

Teknik pengumpulan dalam penelitian ini adalah berupa angket. Data dibuat dalam bentuk angket atau kuisisioner yang disebarkan melalui internet (*Google Form*) kepada responden yang telah ditentukan. Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilaksanakan dengan membagikan kumpulan pernyataan tertulis kepada responden agar mereka dapat menjawabnya.

Peneliti memilih teknik kuisioner dengan alasan karena teknik pengumpulan data ini efisien dan cocok digunakan bagi penelitian yang memiliki responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas seperti generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Angket dalam penelitian ini berjenis tertutup (*Closed Questionare*), artinya responden tidak bisa memilih jawaban lain diluar alternatif jawaban yang telah peneliti sediakan.

Peneliti memanfaatkan sosial media untuk mendistribusikan angket keseluruh pemuda di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.



Gambar 3. 1
Pamflet Kuisioner

Peneliti menggunakan skala *Likert* sebagai alat pengukuran sikap, pendapat dan persepsi seseorang

atau sekelompok orang tentang fenomena social. Berikut skala pengukuran Likert:⁶⁵

- 1) Skor 1 untuk sangat tidak setuju
- 2) Skor 2 untuk tidak setuju
- 3) Skor 3 untuk ragu-ragu
- 4) Skor 4 untuk setuju
- 5) Skor 5 untuk sangat setuju



Gambar 3. 2
Tampilan Angket atau Kuisisioner Online

b. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data selanjutnya adalah berupa dokumentasi yaitu proses mengamati atau mengutip secara langsung dari sumber-sumber lain yang tertulis yang memiliki keterkaitan dengan masalah sehingga dapat dipergunakan sebagai landasan teori. Dalam hal ini, peneliti memanfaatkan fasilitas perpustakaan, jurnal online, dan lainnya untuk menyempurnakan data yang didapat dari hasil pendistribusian angket atau data hasil dari penelitian.

⁶⁵ Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D, 93–94.

c. Observasi

Peneliti juga menggunakan teknik pengumpulan data observasi yakni proses pengamatan langsung di lapangan. Peneliti berada ditempat itu, untuk mendapatkan bukti-bukti yang valid dalam laporan yang akan diajukan.⁶⁶ Dalam observasi ini peneliti menggunakan jenis observasi non partisipan, yaitu peneliti hanya mengamati secara langsung keadaan objek, tetapi peneliti tidak aktif dan ikut serta secara langsung.

Teknik pengumpulan data ini dilakukan dengan cara mengamati suatu fenomena yang ada dan terjadi. Observasi yang dilakukan diharapkan dapat memperoleh data yang sesuai atau relevan dengan topik penelitian. Hal yang akan diamati yaitu terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi Kesehatan mental audiensnya terutama generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian

Uji validitas berguna untuk memastikan instrumen dalam penelitian ini valid serta reliabel untuk mengukur hal yang dibutuhkan. Selain melakukan uji validitas, peneliti juga melakukan uji reliabilitas.

1. Uji Validitas

Pengujian validitas dilakukan dengan uji coba instrumen. Instrumen yang telah peneliti buat, diuji cobakan pada sampel dari mana populasi diambil sejumlah 30 orang.⁶⁷

⁶⁶ W, Gulo. Metode Penelitian. Jakarta: PT. Grasindo. 2002, 116.

⁶⁷ Ibid, 125.

Dengan bantuan SPSS 26.0, peneliti menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dengan signifikansi 5% atau 0,5 untuk menguji validitas. Sehingga dapat ditemukan *r* table sebesar 0,361.⁶⁸

Dasar keputusannya adalah, jika setiap butir pernyataan memiliki nilai koefisien korelasi lebih besar dari 0,361 maka dapat dikatakan valid, namun pernyataan dianggap tidak valid jika nilai koefisien korelasinya di bawah 0,361.

Berikut hasil uji validitas konstruk dari penelitian ini :

Tabel 3. 6
Hasil Uji Validitas

Item	Nilai Koefisien Korelasi (r _{hitung})	Nilai r _{table}	Keterangan
A1	0,603**	0,361	Valid
A2	0,633**	0,361	Valid
A3	0,641**	0,361	Valid
A4	0,573**	0,361	Valid
A5	0,751**	0,361	Valid
A6	0,645**	0,361	Valid
A7	0,649**	0,361	Valid
A8	0,667**	0,361	Valid
A9	0,652**	0,361	Valid
A10	0,756**	0,361	Valid
B1	0,616**	0,361	Valid

⁶⁸ Ibid, 333.

B2	0,848**	0,361	Valid
B3	0,658**	0,361	Valid
B4	0,717**	0,361	Valid
B5	0,538**	0,361	Valid
B6	0,730**	0,361	Valid
B7	0,747**	0,361	Valid
B8	0,758**	0,361	Valid
B9	0,846**	0,361	Valid
B10	0,791**	0,361	Valid

Pada tabel 3.1 hasil uji validitas konstruk menguraikan bahwa item pernyataan B2 memiliki nilai terbesar yaitu 0,848 dengan pernyataan “Setelah menonton konten Youtube Satu Persen, saya memiliki kemampuan untuk menyadari gangguan kesehatan mental”.

Ditemukan juga bahwa item pernyataan B5 memiliki nilai terendah yaitu 0,538 dengan pernyataan “Setelah menonton konten Youtube Satu Persen, saya memahami akan pilihan pertolongan dan penanganan tenaga profesional yang tersedia”.

2. Uji Realibilitas

Reliabilitas (*reliability*) adalah alat atau instrumen untuk mengukur angket penunjuk dari variabel atau konstruk. Jika jawaban seseorang terhadap setiap pernyataan stabil maka angket atau kuisioner dapat dikatakan reliabel.

Uji reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrument penelitian yang digunakan benar-benar bisa mengukur apa yang ingin diketahui oleh peneliti.

Peneliti memakai rumus Koefisien Alpha Cronbach’s dalam pengujian realibilitas. Dasar keputusan dari pengujian Cronbach Alpha yakni jika

suatu variabel bernilai $(\alpha) > 0,60$ maka dapat dikatakan reliabel.⁶⁹

Sementara itu, kategori dari koefisien reliabilitasnya yakni:

- Jika nilai (α) $-1,00 < r_{11} \leq 0,20$, maka reliabilitas sangat rendah
- Jika nilai (α) $0,20 < r_{11} \leq 0,40$, maka reliabilitas rendah
- Jika nilai (α) $0,40 < r_{11} \leq 0,60$, maka reliabilitas sedang
- Jika nilai (α) $0,60 < r_{11} \leq 0,80$, maka reliabilitas tinggi
- Jika nilai (α) $0,80 < r_{11} \leq 1,00$, maka reliabilitas sangat tinggi

Tabel 3. 7
Hasil Uji Realibilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.939	20

Pada tabel 3.2 hasil uji realibilitas, instrumen penelitian ini bernilai (α) 0,939, maka dapat dinyatakan bahwa instrumen penelitian ini reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat tinggi.

⁶⁹ Imam Ghozali, Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2006), 45.

H. Teknik Analisis Data

Peneliti menganalisis data dengan cara mengolah data yang ada pada angket atau kuisioner yang telah diisi oleh 100 responden. Dalam pelaksanaannya, peneliti dibantu oleh SPSS versi 26.0.

Agar dapat mengetahui ada atau tidaknya pengaruh, peneliti menggunakan analisis regresi linier sederhana. Dalam penelitian ini teknik statistik yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana digunakan hanya untuk satu variabel bebas (*independent*) dan satu variabel tak bebas (*dependent*).

Rumus regresi linier sederhana sebagai berikut:⁷⁰

$$Y = \alpha + b \cdot X$$

Keterangan:

Y = Variabel Terikat

X = Variabel Bebas

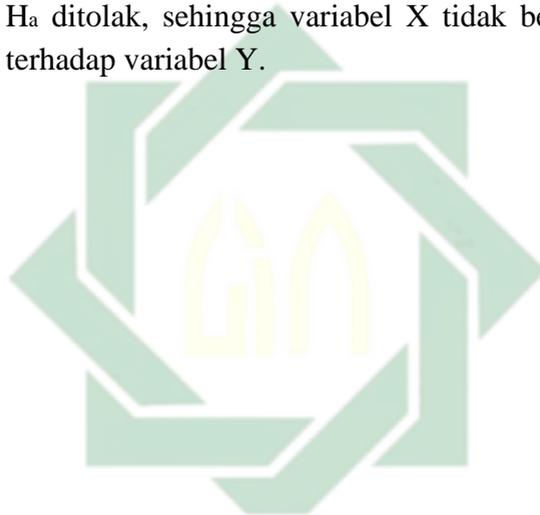
α = Harga Y apabila X = 0 (harga konstanta)

b = angka arah atau koefisien regresi yang menunjukkan angka peningkatan atau penurunan variabel dependen yang didasarkan pada variabel independent, apabila b positif maka terjadi kenaikan dan apabila b negatif maka terjadi penurunan.

⁷⁰ Syofian Siregar, Statistik Parametrik. 379.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji regresi linear sederhana dapat mengacu pada membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas 0,05, yakni :

- a. Jika nilai signifikansi $<0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.
- b. Jika nilai signifikansi $>0,05$, artinya H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

Hal utama yang harus diperhatikan oleh peneliti ketika melaksanakan penelitian adalah objek yang akan diteliti, karena objek penelitian itu berisi suatu masalah yang akan dijadikan bahan eksplorasi untuk mencari jawaban dari permasalahan tersebut. Sugiyono berpendapat bahwa, objek penelitian merupakan suatu atribut, sifat atau nilai dari obyek atau aktivitas yang mempunyai ragam khusus yang sudah dipastikan oleh peneliti untuk diamati dan kemudian diambil hasil akhirnya.⁷¹

Dalam penelitian ini, obyek yang akan diteliti adalah terdapat pengaruh atau tidak dari terpaaan konten Youtube Satu Persen - Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Kecamatan Jambangan terdiri dari empat kelurahan yakni kelurahan Pagesangan, Kebonsari, Jambangan, dan Karah. Kecamatan Jambangan merupakan salah satu kecamatan yang ada di Kota Surabaya. Kota Surabaya merupakan kota literasi⁷² Kecamatan Jambangan merupakan daerah yang masyarakatnya termasuk golongan masyarakat yang dekat dengan akses literasi pengetahuan. Hal ini dikarenakan pemerintah Kota Surabaya menyediakan

⁷¹ *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 20.

⁷² Abdul Hakim, "Surabaya deklarasikan sebagai kota literasi"

<https://www.antaraneWS.com/berita/432307/surabaya-deklarasikan-sebagai-kota-literasi>, diakses pada tanggal 20 Desember 2021, pukul 14.05.

perpustakaan atau Taman Baca Masyarakat (TBM) sebanyak 1.438 titik di tengah-tengah permukiman maupun taman kota.

Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya yang telah menyaksikan konten Satu Persen-Indonesian Life School. Namun, peneliti hanya dapat mengetahui jumlah keseluruhan dari generasi Z yang ada di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, yakni sebanyak 12.828 jiwa atau 23% dari jumlah penduduk di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

B. Penyajian Data

Peneliti memanfaatkan media sosial seperti Instagram, Twitter, dan WhatsApp, serta pada kolom komentar di *channel* Youtube Satu Persen untuk mendistribusikan angket atau kuisioner. Jumlah responden yang mengisi kuisioner sesuai dengan jumlah sampel yang dibutuhkan yakni 100.

Berikut ini adalah deskripsi data yang telah diperoleh dari penyebaran kuisioner tersebut:

1. Demografi Responden

Berikut tabel demografi responden pada kuisioner “Pengaruh Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya”:

Tabel 4. 1

Data Demografis Responden

No.	Jenis Kelamin	Usia
1	Perempuan	23-26 tahun

2	Perempuan	19-22 tahun
3	Perempuan	19-22 tahun
4	Perempuan	19-22 tahun
5	Perempuan	19-22 tahun
6	Laki-laki	19-22 tahun
7	Perempuan	19-22 tahun
8	Perempuan	15-18 tahun
9	Perempuan	23-26 tahun
10	Perempuan	19-22 tahun
11	Perempuan	19-22 tahun
12	Laki-laki	19-22 tahun
13	Perempuan	19-22 tahun
14	Laki-laki	19-22 tahun
15	Laki-laki	23-26 tahun
16	Perempuan	19-22 tahun
17	Perempuan	19-22 tahun
18	Laki-laki	23-26 tahun
19	Laki-laki	23-26 tahun
20	Perempuan	15-18 tahun
21	Perempuan	23-26 tahun
22	Perempuan	19-22 tahun
23	Perempuan	19-22 tahun
24	Perempuan	19-22 tahun
25	Perempuan	19-22 tahun
26	Laki-laki	19-22 tahun
27	Perempuan	15-18 tahun
28	Perempuan	23-26 tahun
29	Perempuan	15-18 tahun
30	Perempuan	19-22 tahun
31	Perempuan	19-22 tahun
32	Perempuan	19-22 tahun
33	Perempuan	19-22 tahun
34	Perempuan	19-22 tahun

35	Laki-laki	19-22 tahun
36	Laki-laki	15-18 tahun
37	Laki-laki	11-14 tahun
38	Perempuan	19-22 tahun
39	Perempuan	19-22 tahun
40	Perempuan	19-22 tahun
41	Laki-laki	19-22 tahun
42	Perempuan	19-22 tahun
43	Laki-laki	19-22 tahun
44	Perempuan	15-18 tahun
45	Perempuan	19-22 tahun
46	Perempuan	19-22 tahun
47	Perempuan	19-22 tahun
48	Perempuan	19-22 tahun
49	Perempuan	19-22 tahun
50	Perempuan	19-22 tahun
51	Laki-laki	19-22 tahun
52	Perempuan	19-22 tahun
53	Perempuan	19-22 tahun
54	Perempuan	19-22 tahun
55	Perempuan	19-22 tahun
56	Laki-laki	19-22 tahun
57	Perempuan	23-26 tahun
58	Perempuan	23-26 tahun
59	Perempuan	19-22 tahun
60	Perempuan	23-26 tahun
61	Laki-laki	19-22 tahun
62	Perempuan	19-22 tahun
63	Perempuan	19-22 tahun
64	Perempuan	19-22 tahun
65	Perempuan	23-26 tahun
66	Laki-laki	19-22 tahun
67	Perempuan	19-22 tahun

68	Perempuan	19-22 tahun
69	Perempuan	15-18 tahun
70	Perempuan	15-18 tahun
71	Perempuan	15-18 tahun
72	Perempuan	19-22 tahun
73	Perempuan	23-26 tahun
74	Perempuan	19-22 tahun
75	Laki-laki	23-26 tahun
76	Perempuan	19-22 tahun
77	Perempuan	19-22 tahun
78	Perempuan	15-18 tahun
79	Perempuan	15-18 tahun
80	Perempuan	15-18 tahun
81	Perempuan	19-22 tahun
82	Perempuan	23-26 tahun
83	Perempuan	23-26 tahun
84	Perempuan	23-26 tahun
85	Perempuan	19-22 tahun
86	Laki-laki	23-26 tahun
87	Perempuan	23-26 tahun
88	Perempuan	19-22 tahun
89	Laki-laki	19-22 tahun
90	Laki-laki	15-18 tahun
91	Perempuan	19-22 tahun
92	Laki-laki	15-18 tahun
93	Perempuan	19-22 tahun
94	Laki-laki	19-22 tahun
95	Perempuan	19-22 tahun
96	Laki-laki	19-22 tahun
97	Perempuan	23-26 tahun
98	Laki-laki	15-18 tahun
99	Perempuan	19-22 tahun
100	Laki-laki	23-26 tahun

a) Jenis Kelamin Responden

Tabel 4. 2
Jenis Kelamin Responden

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	25	25.0	25.0	25.0
	Perempuan	75	75.0	75.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Jenis kelamin terbagi menjadi dua yakni perempuan dan laki-laki. Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa responden terbanyak dari penelitian ini adalah berjenis kelamin perempuan sejumlah 75 orang (75%), sedangkan responden laki-laki sejumlah 25 orang (25%).

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa, Generasi Z di Kecamatan Jambangan yang menonton konten Youtube Satu Persen dan menjadi responden pada penelitian ini didominasi oleh perempuan.

b) Usia Responden

Tabel 4. 3
Usia Responden

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11-14 tahun	1	1.0	1.0	1.0
	15-18 tahun	15	15.0	15.0	16.0
	19-22 tahun	64	64.0	64.0	80.0
	23-26 tahun	20	20.0	20.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Dilihat dari tabel 4.3 diketahui responden terbanyak berusia 19-22 tahun sejumlah 64 orang (64%), usia 23-26 tahun sejumlah 20 orang (20%), usia 15-18 tahun sejumlah 15 orang (15%), dan usia 11-14 tahun sejumlah 1 orang (1%).

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Generasi Z di Kecamatan Jambangan yang menonton konten Youtube Satu Persen dan menjadi responden pada penelitian ini mayoritas berusia 19-22 tahun dan yang paling sedikit berusia 11-14 tahun.

2. Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School

Berikut tabel data hasil kuisioner variabel bebas (X) pada kuisioner “Pengaruh Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap Literasi Kesehatan Mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya”:

Tabel 4. 4

Data Hasil Kuisioner Variabel Bebas (X)
Terpaan Konten Youtube Satu Persen

No.	Butir Soal										Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	5	5	5	3	4	5	4	5	4	5	45
2	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	44
3	4	5	5	4	4	5	4	5	3	4	43
4	5	5	4	4	5	3	4	4	5	4	43
5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	44
6	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	45
7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
8	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	46
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
10	3	5	4	5	4	3	4	4	4	4	40
11	2	3	5	5	3	3	5	5	4	5	40
12	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	48
13	4	5	3	5	4	3	5	4	4	4	41
14	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	38
15	2	5	3	4	4	4	4	4	4	4	38
16	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	46
17	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
18	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
19	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	47
20	2	1	3	2	2	3	3	3	4	3	26
21	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	46
22	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	33
23	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	49
24	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	48
25	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	36
26	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	40
27	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	32
28	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	49
29	3	4	4	5	4	4	5	5	5	5	44
30	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	48
31	1	2	4	3	3	3	4	4	3	4	31

32	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
33	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	42
34	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	37
35	2	4	5	4	4	3	4	4	4	5	39
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
37	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	44
38	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	46
39	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	45
40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
41	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	46
42	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	44
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	41
44	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	38
45	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
46	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	31
47	2	4	5	5	4	5	5	5	5	5	45
48	2	3	4	4	5	5	5	5	5	5	43
49	2	4	5	5	4	4	4	4	4	4	40
50	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	46
51	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	47
52	3	5	5	5	4	4	5	5	5	5	46
53	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	48
54	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	45
55	2	5	4	4	3	4	4	4	3	4	37
56	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	47
57	3	4	4	5	4	5	5	5	5	5	45
58	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	48
59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
60	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	48
61	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	40
62	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	46
63	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	38
64	2	4	5	5	4	4	4	4	4	4	40

65	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	45
66	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	38
67	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	46
68	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	48
69	2	5	5	4	4	3	5	5	5	5	43
70	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
71	2	4	3	5	4	4	5	5	4	4	40
72	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	48
73	2	5	5	4	4	3	5	5	5	5	43
74	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	45
75	2	5	3	4	4	4	4	4	4	4	38
76	1	1	4	4	3	3	4	4	5	4	33
77	2	2	5	3	3	3	3	3	4	4	32
78	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	46
79	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	46
80	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	35
81	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	38
82	2	5	3	4	4	4	4	4	4	4	38
83	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	48
84	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	46
85	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	39
86	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	40
87	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	49
88	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	37
89	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	47
90	3	4	5	5	3	4	5	5	5	5	44
91	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4	43
92	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	45
93	2	3	4	4	3	3	5	4	4	4	36
94	3	3	4	4	3	3	5	4	4	4	37
95	3	5	5	5	4	4	5	5	5	5	46
96	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	44
97	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	47

98	2	4	3	5	4	4	5	5	4	4	40
99	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4	43
100	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40

Tabel 4. 5
Jawaban responden pada butir pernyataan A1

Dalam 1 minggu, Saya selalu menonton konten Youtube Satu Persen setidaknya 3 kali dan segera menonton ketika ada update terbaru

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	3.0	3.0	3.0
	Tidak Setuju	28	28.0	28.0	31.0
	Netral	26	26.0	26.0	57.0
	Setuju	27	27.0	27.0	84.0
	Sangat Setuju	16	16.0	16.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A1 tabel 4.4, diketahui pilihan “Tidak Setuju” paling banyak dipilih oleh 28 orang (28%)

Tabel 4. 6
Jawaban responden pada butir pernyataan A2

Saya menonton konten YouTube Satu Persen dari awal hingga akhir durasi video

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	3.0	3.0	3.0
	Tidak Setuju	5	5.0	5.0	8.0
	Netral	18	18.0	18.0	26.0
	Setuju	35	35.0	35.0	61.0
	Sangat Setuju	39	39.0	39.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A2 tabel 4.5, diketahui pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 39 orang (39%), sedangkan 35 setuju, 18 ragu-ragu, 5 tidak setuju, dan 3 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 7

Jawaban responden pada butir pernyataan A3

Satu Persen memiliki pengetahuan tentang literasi kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	9	9.0	9.0	9.0
	Setuju	35	35.0	35.0	44.0
	Sangat Setuju	56	56.0	56.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A3 tabel 4.6, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 56 orang (56%), sedangkan 35 orang memilih setuju, dan 9 orang memilih ragu-ragu.

Tabel 4. 8
Jawaban responden pada butir pernyataan A4
Channel Youtube Satu Persen berisikan konten-konten yang
menarik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Netral	7	7.0	7.0	8.0
	Setuju	34	34.0	34.0	42.0
	Sangat Setuju	58	58.0	58.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A4 tabel 4.7, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 58 orang (58%), sedangkan 34 setuju, 7 ragu-ragu, dan 1 tidak setuju.

Tabel 4. 9
Jawaban responden pada butir pernyataan A5
Saya merasa terbantu dengan konten-konten yang ada di
Channel Youtube Satu Persen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Netral	13	13.0	13.0	14.0
	Setuju	47	47.0	47.0	61.0
	Sangat Setuju	39	39.0	39.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A5 tabel 4.8, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju”

paling banyak dipilih oleh 47 orang (47%), sedangkan 39 sangat setuju, 13 ragu-ragu, dan 1 tidak setuju.

Tabel 4. 10

Jawaban responden pada butir pernyataan A6

Setelah menonton konten-konten yang ada di Channel Youtubenanya, Saya merasa kagum dengan Satu Persen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	17	17.0	17.0	17.0
	Setuju	40	40.0	40.0	57.0
	Sangat Setuju	43	43.0	43.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A6 tabel 4.9, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 43 orang (43%), sedangkan 40 orang memilih setuju, dan 17 orang memilih ragu-ragu.

Tabel 4. 11

Jawaban responden pada butir pernyataan A7

Saya merasa cara penyampaian pesan Satu Persen mudah dipahami dan dimengerti

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	4	4.0	4.0	4.0
	Setuju	42	42.0	42.0	46.0
	Sangat Setuju	54	54.0	54.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A7 tabel 4.10, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat

Setuju” paling banyak dipilih oleh 54 orang (54%), sedangkan 42 memilih setuju, dan 4 orang memilih ragu-ragu.

Tabel 4. 12
Jawaban responden pada butir pernyataan A8
Editing audio dan video konten Satu Persen nyaman untuk ditonton

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	7	7.0	7.0	7.0
	Setuju	45	45.0	45.0	52.0
	Sangat Setuju	48	48.0	48.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A8 tabel 4.11, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 48 orang (48%), sedangkan 45 orang memilih setuju, dan 7 orang memilih ragu-ragu.

Tabel 4. 13
Jawaban responden pada butir pernyataan A9

UIN SUNAN AMPEL
 S U R A B A Y A

Konten yang ada pada Youtube Satu Persen mampu memberikan informasi tentang literasi kesehatan mental untuk saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	7	7.0	7.0	7.0
	Setuju	44	44.0	44.0	51.0
	Sangat Setuju	49	49.0	49.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A9 tabel 4.12, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 49 orang (49%), sedangkan 44 orang memilih setuju, dan 7 orang memilih ragu-ragu.

Tabel 4. 14

Jawaban responden pada butir pernyataan A10

Konten yang ada pada Youtube Satu Persen mampu memberikan pengetahuan baru untuk saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	4	4.0	4.0	4.0
	Setuju	44	44.0	44.0	48.0
	Sangat Setuju	52	52.0	52.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan A10 tabel 4.13, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 52 orang (52%), sedangkan 44 orang memilih setuju, dan 4 orang memilih ragu-ragu.

3. Literasi Kesehatan Mental

Berikut tabel data hasil kuisisioner variabel terikat (Y) pada kuisisioner “Pengaruh Terpaan Konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap Literasi Kesehatan Mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya”:

Tabel 4. 15
Data Hasil Kuisisioner Variabel Terikat (Y)
Literasi Kesehatan Mental

No.	Butir Soal										Total
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	45
2	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	46
3	3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	39
4	4	4	3	3	5	4	4	4	5	5	41
5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	43
6	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	44
7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
8	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
10	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	36
11	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	39
12	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
13	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	42
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
15	4	4	4	3	4	5	5	2	4	5	40
16	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	45
17	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
18	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
19	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	47
20	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	36

21	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	44
22	3	2	4	3	5	4	3	1	2	3	30
23	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	48
24	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	46
25	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	38
26	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
27	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	33
28	5	2	1	1	1	2	2	1	2	2	19
29	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	46
30	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	47
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
32	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
33	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	40
34	5	4	4	3	4	3	4	3	4	3	37
35	4	4	4	3	5	5	4	3	3	5	40
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
37	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	45
38	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	47
39	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	47
40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
41	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	46
42	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	46
43	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	42
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
45	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
46	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	25
47	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	43
48	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	43
49	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	30
50	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	41
51	5	5	4	5	4	4	4	3	3	5	42
52	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	45
53	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	42

54	4	3	5	3	5	5	4	4	5	5	43
55	4	3	5	3	3	3	4	3	3	5	36
56	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	46
57	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	43
58	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	46
59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
61	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
62	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	46
63	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
64	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	30
65	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39
66	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	36
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
68	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
69	4	5	3	3	5	5	3	3	5	5	41
70	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
71	3	3	3	4	5	5	4	4	3	4	38
72	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
73	4	5	3	3	5	5	3	3	5	5	41
74	4	3	5	3	5	5	4	4	5	5	43
75	4	4	4	3	4	5	5	3	4	5	41
76	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	38
77	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
78	4	4	5	4	5	4	5	3	5	5	44
79	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
81	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
82	4	4	4	3	4	5	5	2	4	5	40
83	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
84	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
85	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	42
86	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41

87	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	49
88	4	4	4	3	3	4	3	3	3	1	32
89	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	48
90	4	5	4	3	5	5	3	3	2	5	39
91	4	4	4	4	4	3	3	5	3	5	39
92	4	2	3	4	4	5	5	5	4	5	41
93	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
94	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
95	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	45
96	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
97	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	46
98	3	3	3	4	5	5	4	4	3	4	38
99	4	4	4	4	4	3	3	5	3	5	39
100	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40

Tabel 4. 16
Jawaban responden pada butir pernyataan B1
Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya
memahami karakteristik dari kesehatan mental dan gangguan
mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	16	16.0	16.0	16.0
	Setuju	55	55.0	55.0	71.0
	Sangat Setuju	29	29.0	29.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B1 tabel 4.14, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 55 orang (55%), sedangkan 29 sangat setuju, dan 16 ragu-ragu.

Tabel 4. 17

Jawaban responden pada butir pernyataan B2

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya memiliki kemampuan untuk menyadari gangguan kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	3.0	3.0	3.0
	Netral	18	18.0	18.0	21.0
	Setuju	47	47.0	47.0	68.0
	Sangat Setuju	32	32.0	32.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B2 tabel 4.15, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 47 orang (47%), sedangkan 32 sangat setuju, 18 ragu-ragu, dan 3 tidak setuju.

Tabel 4. 18

Jawaban responden pada butir pernyataan B3

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya mengenali sumber ataupun penyebab dari gangguan kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Netral	16	16.0	16.0	17.0
	Setuju	51	51.0	51.0	68.0
	Sangat Setuju	32	32.0	32.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B3 tabel 4.16, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 51 orang (51%), sedangkan 32 sangat setuju, 16 ragu-ragu, dan 1 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 19

Jawaban responden pada butir pernyataan B4

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya memiliki kemampuan untuk mencegah munculnya gangguan kesehatan mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Netral	26	26.0	26.0	27.0
	Setuju	48	48.0	48.0	75.0
	Sangat Setuju	25	25.0	25.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B4 tabel 4.17, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 48 orang (48%), sedangkan 26 ragu-ragu, 25 sangat setuju, dan 1 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 20

Jawaban responden pada butir pernyataan B5

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya memahami akan pilihan pertolongan dan penanganan tenaga profesional yang tersedia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	2.0
	Netral	11	11.0	11.0	13.0
	Setuju	48	48.0	48.0	61.0
	Sangat Setuju	39	39.0	39.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B5 tabel 4.18, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 48 orang (48%), sedangkan 39 sangat setuju, 11 ragu-ragu, 1 tidak setuju dan 1 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 21

Jawaban responden pada butir pernyataan B6

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya menyarankan orang-orang sekitar yang memiliki gejala gangguan kesehatan mental untuk pergi ke tenaga profesional yang tersedia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	2.0
	Netral	16	16.0	16.0	18.0
	Setuju	41	41.0	41.0	59.0
	Sangat Setuju	41	41.0	41.0	100.0
	Total		100	100.0	100.0

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B6 tabel 4.19, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” dan “Setuju” paling banyak dipilih oleh masing-masing 41 orang (41%), sedangkan 16 ragu-ragu, 1 tidak setuju, dan 1 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 22

Jawaban responden pada butir pernyataan B7

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya memahami strategi pertolongan yang efektif pada gangguan kesehatan mental yang masih ringan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Netral	18	18.0	18.0	19.0
	Setuju	50	50.0	50.0	69.0
	Sangat Setuju	31	31.0	31.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B7 tabel 4.20, dapat diketahui bahwa pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 50 orang (50%), sedangkan 31 sangat setuju, 18 ragu-ragu dan 1 tidak setuju.

Tabel 4. 23

Jawaban responden pada butir pernyataan B8

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya memiliki kemampuan memberikan pertolongan pertama pada seseorang dengan gangguan kesehatan mental ringan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	2.0	2.0	2.0
	Tidak Setuju	3	3.0	3.0	5.0
	Netral	21	21.0	21.0	26.0
	Setuju	48	48.0	48.0	74.0
	Sangat Setuju	26	26.0	26.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B8 tabel 4.21, diketahui pilihan “Setuju” paling banyak dipilih oleh 48 orang (48%), sedangkan 26 sangat setuju, 21 ragu-ragu, 3 tidak setuju, dan 2 sangat tidak setuju.

Tabel 4. 24

Jawaban responden pada butir pernyataan B9
Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya turut serta menyebarkan literasi kesehatan mental kepada orang-orang disekitar baik secara langsung maupun melalui media sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	6	6.0	6.0	6.0
	Netral	18	18.0	18.0	24.0
	Setuju	38	38.0	38.0	62.0
	Sangat Setuju	38	38.0	38.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B9 tabel 4.22, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” dan “Setuju” paling banyak dipilih oleh masing-masing 38 orang (38%), sedangkan 18 ragu-ragu, dan 6 tidak setuju.

Tabel 4. 25

Jawaban responden pada butir pernyataan B10

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Setelah menonton konten YouTube Satu Persen, saya sudah tidak menghakimi orang dengan gangguan kesehatan mental dan mendukung mereka dalam pencarian pengobatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.0	1.0	1.0
	Tidak Setuju	1	1.0	1.0	2.0
	Netral	9	9.0	9.0	11.0
	Setuju	40	40.0	40.0	51.0
	Sangat Setuju	49	49.0	49.0	100.0
Total		100	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan jawaban responden pada pernyataan B10 tabel 4.23, dapat diketahui bahwa pilihan “Sangat Setuju” paling banyak dipilih oleh 49 orang (49%), sedangkan 40 setuju, 9 ragu-ragu, 1 tidak setuju, dan 1 sangat tidak setuju.

C. Pengujian Hipotesis

Peneliti akan merincikan kembali hipotesis yang telah dipaparkan pada bab awal, sebelum menganalisis data yakni sebagai berikut:

H_0 : Tidak ada pengaruh terpaaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

H_a : Ada pengaruh terpaaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Setelah peneliti menyajikan olahan data hasil penelitian yang telah diperoleh, tahap selanjutnya adalah mencari hubungan antar variabel dengan menggunakan

metode analisis regresi linier sederhana dibantu oleh program statistik SPSS 26.0. untuk melihat apakah ada pengaruh antara variabel X dan variabel Y.

Terdapat syarat uji asumsi yang harus dipenuhi apabila menggunakan uji regresi linier sederhana:

1. Uji Normalitas

Alasan dari dilakukannya uji normalitas adalah untuk memutuskan apakah sebaran jawaban pada suatu variabel terdistribusi dengan normal atau tidak. Jika sebaran jawaban terdistribusi dengan normal maka subjek penelitian dapat mewakili populasi yang ada, namun jika sebaran jawaban tidak terdistribusi dengan normal maka subjek tidak representatif sehingga tidak dapat mewakili populasi.⁷³

Pada penelitian ini, uji Kolmogorov-Smirnov digunakan oleh peneliti untuk menguji normalitas. Uji normalitas Kolmogorov Smirnov memiliki konsep mendasar yakni membandingkan distribusi data yang diuji normalitasnya dengan distribusi normal baku. Distribusi normal baku adalah data yang telah diubah ke dalam bentuk Z-Score dan dianggap normal.⁷⁴

Tabel 4. 26
Uji Normalitas

⁷³ Romadhon, "Pengaruh Akun Dakwah 'SHIFT' Di Instagram Terhadap Perilaku Religius Mahasiswa Ilmu Komunikasi Angkatan 2015 UIN Sunan Ampel Surabaya," 74.

⁷⁴ Romadhon, 75.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		96	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	3.43577704	
Most Extreme Differences	Absolute	.121	
	Positive	.086	
	Negative	-.121	
Test Statistic		.121	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.001 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.110 ^d	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.101
		Upper Bound	.118

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 2000000.

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Terdapat dasar pengambilan keputusan uji Kolmogorov-Smirnov pada pengujian signifikansi normalitas data, yakni:

- a) Jika signifikansi $> 0,05$, maka data terdistribusi dengan normal
- b) Jika signifikansi $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi dengan normal⁷⁵

Dapat dilihat melalui tabel 4.24 diketahui nilai signifikansi untuk terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental adalah 0,110, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

⁷⁵ Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, 160.

2. Uji Linearitas

Alasan dilakukannya uji linearitas adalah guna mengetahui apakah data yang digunakan berstatus linier atau tidak. Jika nilai signifikansinya $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear dan jika nilai signifikansi $< 0,05$ tidak terdapat hubungan yang linear. Untuk menguji linearitas data pada penelitian ini, peneliti menggunakan SPSS 26 :

Tabel 4. 27
Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Literasi Kesehatan Mental * Terpaan Konten Youtube Satu Persen	Between Groups	2191,910	20	109,595	5,906	,000
	(Combined)					
	Linearity	1655,960	1	1655,960	89,231	,000
	Deviation from Linearity	535,950	19	28,208	1,520	,101
	Within Groups	1466,090	79	18,558		
	Total	3658,000	99			

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji linearitas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi Deviation from Linearity 0,101. Maka $0,101 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas terpaan konten Youtube Satu Persen dengan variabel terikat literasi kesehatan mental.

3. Uji Regresi Linier Sederhana

Alasan dari dilakukannya uji regresi linier sederhana adalah untuk mengukur pengaruh antara

variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).⁷⁶ Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji linearitas dapat diketahui bahwa data berdistribusi dengan normal dan linier, maka peneliti akan melanjutkan uji hipotesis dengan menggunakan uji regresi linier sederhana.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji regresi linear sederhana dapat mengacu pada membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas 0,05, yakni:

- a) Jika nilai signifikansi $< 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.
- b) Jika nilai signifikansi $> 0,05$, artinya H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y.

Tabel 4. 28

Uji Regresi Linear Sederhana

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁷⁶ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2013)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1597.525	1	1597.525	133.907	.000 ^b
	Residual	1121.434	94	11.930		
	Total	2718.958	95			

a. Dependent Variable: Literasi Kesehatan Mental (Y)

b. Predictors: (Constant), Terpaan Konten YouTube Satu Porsen - Indonesian Life School (X)

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan output pada tabel 4.26 diketahui bahwa nilai F hitung = 133.907 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel Terpaan Konten Youtube Satu Porsen atau dengan kata lain terdapat pengaruh variabel konten Youtube Satu Porsen (X) terhadap variabel literasi kesehatan mental (Y).

Tabel 4. 29

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.767 ^a	.588	.583	3.454004

a. Predictors: (Constant), Terpaan Konten YouTube Satu Porsen - Indonesian Life School (X)

b. Dependent Variable: Literasi Kesehatan Mental (Y)

Sumber: Output SPSS Versi 26.0

Berdasarkan tabel 4.27 menjelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,767. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,588, yang memiliki arti bahwa

pengaruh variabel bebas terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap variabel terikat Literasi Kesehatan Mental adalah sebesar 58,8%.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perspektif Teoritis

Berdasarkan pengujian menggunakan uji regresi linier sederhana diketahui bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Didapatkan juga nilai 0,740** yang berarti terdapat hubungan positif dengan tingkat hubungan kuat antara terpaan konten Youtube Satu Persen dengan literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Dengan diterimanya hipotesis kerja (H_a) maka ada pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

Sesuai dengan asumsi dari teori SOR (*Stimulus-Organism Respons*) yakni jika terdapat suatu stimulus (rangsangan) maka akan timbul suatu respon (efek). Dan dalam penelitian ini stimulus berupa terpaan konten Youtube Satu Persen menimbulkan suatu respon yaitu literasi kesehatan mental pada Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

2. Perspektif Keislaman

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh bahwa media dapat mempengaruhi pola pikir literasi kesehatan mental seseorang, jika dilihat dari kacamata keislaman hal ini termasuk hal yang baik dikarenakan membagikan ilmu yang bermanfaat. Hal tersebut dijelaskan dalam hadist berikut :

Dari Abu Umamah al-Baahili radhiyallahu ‘anhu bahwa Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

الْخَيْرُ جُحْرُهَا وَحَتَّى الْأُخْتِ، لِيُصَلُّونَ عَلَى مُعَلِّمِ النَّاسِ إِنَّ لِلَّهِ
وَمَا لِيُكْتَنَهُ وَأَهْلَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، حَتَّى النَّمْلَةَ فِي

“Sesungguhnya Allah dan para Malaikat, serta semua makhluk di langit dan di bumi, sampai semut dalam lubangnya dan ikan (di lautan), benar-benar bershalawat/mendoakan kebaikan bagi orang yang mengajarkan kebaikan kepada manusia⁹³”(HR. At-Tirmidzi (no.2685)

Salah satu bentuk penyebaran ilmu di era digital bisa melalui konten Youtube yang memuat ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi umat manusia untuk menjalani kehidupan bermasyarakat. Jika seseorang menyebarkan ilmu yang baik, perubahan yang baik pula akan didapatkan oleh penerima ilmu. Sesuai dengan hasil penelitian ini dimana konten Youtube memiliki pengaruh terhadap literasi kesehatan mental generasi muda.

Islam memandang literasi kesehatan mental merupakan hal yang penting dalam kehidupan ini. Jika

seorang individu memiliki literasi kesehatan mental, maka ia akan mempunyai keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, dengan memiliki dua hal ini, manusia bisa mengontrol perilaku, aktivitas dan reaksi dalam mengelola berbagai persoalan kehidupan. Pengaruh buruk dari perkembangan zaman yang semakin maju dapat dihadapi dengan memiliki kesejahteraan emosional yang baik.

Ketenangan batin dapat diraih dengan dzikir kepada Allah. Ketaqwaan dan perbuatan baik adalah strategi yang tepat untuk mencegah ketakutan dan kesedihan. Salah satunya diperjelas pada surat Al-Ra'ad ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

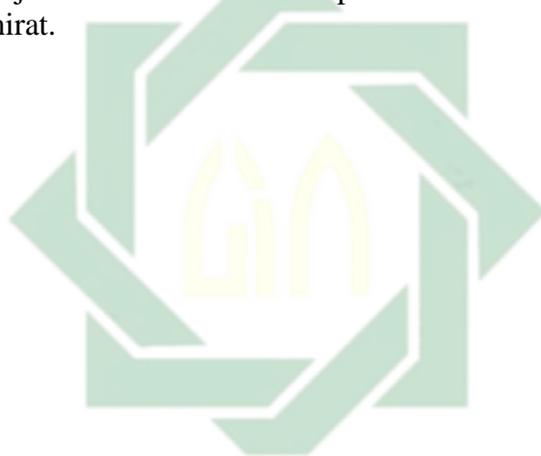
"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram".

Tafsir dari ayat ini yaitu, umat yang mendapatkan tuntunan dari-Nya, adalah orang-orang yang memiliki iman dan yang hatinya menemukan rasa kedamaian karena mereka selalu mengingat Allah. Hati bisa menjadi tenang dan jiwa bisa menjadi tentram, tidak merasa cemas, khawatir, atau stress jika senantiasa mengingat Allah.

Dalam ayat tersebut ditegaskan bahwa dalam kehidupan bermasyarakat, agama tidak dapat dipisahkan. Naluri manusia sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah SWT berarti memiliki naluri beragama. Hal ini menunjukkan bahwa dalam Islam,

memahami dan menjaga kesehatan mental adalah hal yang dianjurkan.

Agama Islam memiliki peranan untuk menolong manusia dalam merawat serta mengobati jiwa mereka dan menjaga mereka dari masalah mental serta mendorong kondisi kesehatan mentalnya. Dengan meresapi dan mempraktikkan ajaran Islam, seorang individu bisa mendapatkan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupan di dunia ini dan di akhirat.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan observasi dan kajian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang “Pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental Generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya” maka dapat disimpulkan:

1. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana, diketahui nilai F_{hitung} sebesar 133.907 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Sehingga nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya. Maka, hal ini menyelesaikan permasalahan ada atau tidaknya pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.
2. Diketahui nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,767. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,588, yang memiliki arti bahwa pengaruh variabel bebas terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap variabel terikat Literasi Kesehatan Mental adalah sebesar 58,8%. Maka, hal ini menyelesaikan permasalahan sejauh mana tingkat

pengaruh terpaan konten youtube Satu Persen – Indonesian Life School terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

B. Saran dan Rekomendasi

Adapun beberapa saran dan rekomendasi yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi Satu Persen - Indonesian Life School

Dengan kuatnya taraf pengaruh dari terpaan konten Youtube Satu Persen terhadap literasi kesehatan mental generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, maka diharapkan Satu Persen dapat tetap menciptakan karya yang bermanfaat sehingga menambah literasi kesehatan mental para penontonnya. Satu Persen juga bisa menyesuaikan pendekatan dengan setiap jenis sosial media agar literasi kesehatan mental tidak hanya didapatkan oleh penonton dari platform Youtube saja.

2. Penonton Satu Persen

Meskipun karya berupa konten-konten Youtube Satu Persen selama ini bernilai positif sehingga dapat menambah literasi kesehatan mental para penonton khususnya generasi Z di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya, peneliti berharap para penonton tetap menyaring informasi perihal kesehatan mental dan tidak melakukan *self diagnose* atau mendiagnosis diri sendiri memiliki suatu penyakit atau gangguan berdasarkan informasi yang didapatkan secara mandiri. Hal ini dapat membahayakan karena dapat memperparah kondisi kesehatan mental. Jika dirasa sudah tidak dapat ditangani

secara mandiri, maka segera minta bantuan kepada ahlinya seperti dokter psikolog untuk mendiagnosis atau menangani gejala kesehatan mental yang sedang dialami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap, untuk para peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi penelitian ini secara lebih komprehensif. Peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel terikat yang berbeda, mencari faktor-faktor lain yang terkait pengaruh dari terpaaan konten Youtube Satu Persen terhadap bentuk pola pikir lainnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Adapun beberapa keterbatasan dalam penelitian ini mencakup hal-hal berikut:

1. Sampel dari penelitian ini hanya sebanyak 100 responden.
2. Jumlah populasi tidak dapat diketahui dengan jelas karena jumlahnya secara umum dapat bertambah. Hal ini dikarenakan jumlah penonton konten Youtube Satu Persen-Indonesian Life School dengan kelahiran 1995-2010 yang berasal dari Kecamatan Jambangan Kota Surabaya informasinya tidak dapat diketahui.
3. Kuisioner tidak tersebar dengan merata di seluruh rentang usia Generasi Z. Hanya 1 responden yang berumur 11-14 tahun yang terlibat dalam penelitian ini. Hal ini terjadi karena peneliti membagikan survei melalui WhatsApp, Twitter, Instagram dan segmen komentar Youtube Satu Persen.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, A. L. 2021. *Pengaruh terpaan konten Youtube Raditya Dika terhadap literasi finansial generasi Z di Surabaya*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- APA. 2018. *Stress in America Generation Z*.
<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2018/stress-gen-z.pdf>.
- Ardianto, Elvinaro. 2005. *Komunikasi Massa Suatu Pengantar*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Ardianto, Elvinaro. 2014. *Komunikasi Massa Suatu Pengantar*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Batubara, Abdul Karim. 2012. *Studi Media Dalam Perspektif Komunikasi Islam : Analisis Esensi Komunikasi Islam Dalam Diseminasi Informasi*. Surabaya: Conference Proceedings: Annual International Conference on Islamic Studies (AICIS) XII.
- BPS Surabaya. 2021. *Kota Surabaya Dalam Angka*.
<https://surabayakota.bps.go.id/publication/2020/02/26/b211aaf09579fe2603e56d0f/kota-surabaya-dalam-angka-2020.html>
- David, E. R., Mariam Sondakh, dan Stefi Harilama. 2017. *Pengaruh Konten Vlog Dalam Youtube Terhadap Pembentukan Sikap Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi*. E-Journal Acta Diurna Vol VI. No.1.
- Departemen Agama RI. 2015. *Al-Quran Terjemahan*. Bandung: CV Darus Sunnah.
- Duffett, Rodney. 2020. *The YouTube Marketing Communication Effect on Cognitive, Affective and Behavioural Attitudes among Generation Z Consumer*.

- MDPI Multidisciplinary Digital Publishing Institute. Sustainability, 12, 5075.
- Effendy, Onong Uchjana. 2003. *Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- egsa.geo.ugm.ac.id. 2020. *Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja -Environmental Geography Student Association*. <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Ghozali, Imam. 2006. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Herdono, Ismojo dan Arinda Wahyu Ningtyas. 2019. *Pengaruh Terpaan Tayangan YouTube Londo Kampung terhadap Tingkat Pengetahuan Bahasa Suroboyoan pada Subscribers di Surabaya*. Jurnal Sprektum Komunikasi Vol. 7 No.1.
- Jorm, A. F. 2000. *Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders*. *The British Journal of Psychiatry*, 177(5), 396-401.
- Kemp, Simon. 2021. *Digital 2021: Indonesia — Data Reportal – Global Digital Insights*. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>
- Kindarto, Asdani. 2008. *Belajar Sendiri YouTube*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Kriyantono, Rachmat. 2006. *Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana.
- Kriyantono, Rachmat. 2008. *Teknik Praktis Riset Komunikasi : Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*. Jakarta: Kencana.
- Kumparan. *Asal Mula Nama 5 Generasi di Zaman Now*. n.d. <https://kumparan.com/zufri-hadi/asal-mula-nama-5-generasi-di-zaman-now-1554033262838252950>
- Kutcher S, Bagnell A, Wei Y. 2015. *Mental health literacy in*

- secondary schools: a Canadian approach. Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*, 24(2).
- Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. 2016 *Mental health literacy: Past, present, and future. The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3), 154-158.
- Lemeshow, Stanley et al. 1990. *Adequacy of Sample Size in Health Studies*. England: John Willey & Sons Ltd.
- Mayangsari Cantika Mutiara dan Lintang Ratri Rahmiaji. 2019. *Pengaruh Terpaan Beauty Vlog di YouTube dan Tingkat Pengetahuan Bahaya Make Up Terhadap Perilaku Penggunaan Make Up Pada Anak*.
ejournal.undip.ac.id.
- Nazarullah. 2018. *Teori-Teori Komunikasi Massa Dalam Perspektif Islam*. Jurnal Peurawi, Vol. 1 No. 1.
- Nox Influencer. *Satu Persen - Indonesian Life School Dasbor YouTube Stats & Analytics*. n.d. https://id.noxinfluencer.com/youtube/channel/UC_eifcIIjgN8Q_8m34nWo3Q
- Pakarkomunikasi.com. *Teori Stimulus Respon dalam Komunikasi Massa yang Efektif*. n.d. <https://pakarkomunikasi.com/teori-sor>
- Pawlak R. 2005. *Economic Considerations Of Health Literacy*, Nurs Econ. 1; 23: 173–80, 147.
- Pemerintah Kota Surabaya, *Letak Geografis Surabaya*. Pemerintah Kota Surabaya, n.d., <https://www.surabaya.go.id/id/page/0/8227/geografi>.
- Pemerintah Kota Surabaya. *Rancangan Pembangunan Jangka Menengah Daerah Kota Surabaya*. 2015, II–1.
- Priyambodo, Galih. 2019. *Pengaruh Marketing Public Relations Tools Dbl Academy Terhadap Brand Awareness Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia 5-15 Tahun Di Surabaya*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Priyono, A. S. B. 2021. *Pengaruh Terpaan Konten YouTube dan Influencer Marketing terhadap Keputusan*

- Pembelian (Studi Pada Konten YouTube Gadgetin dan Influencer Marketing terhadap keputusan pembelian produk samsung di kalangan subscribers Gadgetin).* Jakarta: Universitas Pertamina.
- Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. 2012. *Mental health literacy in higher education students.* Early intervention in psychiatry. 6(1), 45-52.
- Reavley, N.J., & Jorm, A. F. 2011. *Stigmatizing attitudes towards people with mental disorders: Findings from an Australian national survey of mental health literacy and stigma.* The Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists, 45, 1086-1093.
- Rini, E. M. dan Ayub Ilfandy Imran. 2017. *Pengaruh Terpaan Tayangan Traveling Channel Di Youtube Terhadap Minat Berwisata Subscribers Di Indonesia (Studi Pada Subscribers Traveling Channel Youtube Ponti Ramanta).* e-Proceeding of Management Vol.4 No.1.
- Rizki Irfanindyawanti, “*Hubungan Religiusitas dengan Motivasi Belajar Selama Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa,*” (Malang: UMM, 2021)
- Romadhon. 2015. *Pengaruh Akun Dakwah ‘SHIFT’ Di Instagram Terhadap Perilaku Religius Mahasiswa Ilmu Komunikasi Angkatan 2015.* UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Sarwono, Jonathan dan Ely Suhayati. 2010. *Riset Akuntansi Menggunakan SPSS.* Edisi Pertama. Bandung: Graha Ilmu.
- Satu Persen – Indonesian Life School. n.d.
https://www.youtube.com/channel/UC_eifcIIjgN8Q_8m34nWo3Q
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.* Bandung:Alfabeta.
- Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.* Bandung:Alfabeta.

- Sugiyono, 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung:Alfabeta.
- Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung:Alfabeta.
- Suharsaputra. Uhar. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sukardi, 2008. *Metode Penelitian Kompetensi Dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi aksara.
- Supardi. *Metodologi Penelitian Ekonomi & Bisnis*. Yogyakarta: UII Press Yogyakarta, n.d.
- Wei, Y., McGrath, P.J., Hayden, J. et al. 2015. *Mental health literacy measures evaluating knowledge, attitudes and help-seeking: a scoping review*. *BMC Psychiatry*.
- Wijayanti, E. A. 2018. *Gambaran dan Identifikasi Faktor Literasi Gangguan Depresi Pada Masyarakat di Wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A