

ABSTRAK

PENGARUH KONTEN BERJUDUL KAMU JUGA MANUSIA, SEBUAH DOKUMENTER TENTANG KESEHATAN MENTAL DI AKUN YOUTUBE “MENJADI MANUSIA” TERHADAP SIKAP GEN Z DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL

Oleh

Hemalina

Masyarakat memiliki gaya hidup baru yang bergantung pada perangkat elektronik sehingga mampu mempengaruhi opini publik dan perilaku individu. Salah satu medianya yaitu YouTube, menduduki persentase pengguna tertinggi yang didominasi usia 18 tahun keatas (Gen Z) sejak tahun 2020. Gen Z antara 18-27 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami masalah mental akibat penggunaan media sosial berlebihan. 18% responden kelahiran tahun 1997-2012 yaitu Gen Z merasa kesehatan mentalnya buruk dari berbagai aspek kehidupan. Akun YouTube Menjadi Manusia yang dikenal menyajikan materi tentang kesehatan mental melalui cara *storytelling* tentu diharapkan bisa meningkatkan pemahaman penonton khususnya Gen Z. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengukur seberapa besar pengaruh konten berjudul Kamu Juga Manusia, Sebuah Dokumenter Tentang Kesehatan Mental di akun YouTube 'Menjadi Manusia' terhadap sikap gen z dalam menjaga kesehatan mental dalam sudut pandang teori *uses and effect*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei kepada 100 responden. hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif yang signifikan dari menonton konten berjudul Kamu Juga Manusia terhadap sikap gen z dalam menjaga kesehatan mental dengan t hitung $13,571 > 1,984$ t tabel maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Serta nilai pengaruhnya sebesar 65,3% dengan kategori kuat yang didasarkan pada uji koefisien determinasi.

Kata kunci : YouTube, Konten, Kesehatan Mental, Gen Z

ABSTRACT

THE IMPACT OF THE CONTENT ENTITLED “KAMU JUGA MANUSIA, SEBUAH DOKUMENTER TENTANG KESEHATAN MENTAL” ON THE YOUTUBE ACCOUNT ‘MENJADI MANUSIA’ ON THE ATTITUDE OF GEN Z IN MAINTAINING MENTAL HEALTH”

By

Hemalina

Society has a new lifestyle that relies on electronic devices that can influence public opinion and individual behavior. One of the media, YouTube, has the highest percentage of users dominated by 18 years old and above (Gen Z) since 2020. Gen Z between 18-27 years old has a higher risk of experiencing mental problems due to excessive social media use. 18% of respondents born in 1997-2012, Gen Z, felt that their mental health was poor from various aspects of life. The YouTube account Menjadi Manusia, which is known for presenting material about mental health through storytelling, is certainly expected to increase the understanding of the audience, especially Gen Z. Therefore, this study aims to determine the audience's understanding of mental health through storytelling. Therefore, this study aims to measure how much influence the content entitled You Are Also Human, A Documentary About Mental Health on the YouTube account 'Menjadi Manusia' has on Gen Z's attitude towards maintaining mental health in terms of the uses and effects theory. This study uses a quantitative approach with a survey method to 100 respondents. the results showed that there was a significant positive effect of watching content entitled Kamu Juga Manusia on the attitude of gen z in maintaining mental health with t count $13.571 > 1.984$ t table then H_0 was rejected and H_1 was accepted. And the influence value is 65.3% with a strong category based on the coefficient of determination test.

Keywords: YouTube, Content, Mental Health, Gen Z