



ANALISIS TEKSTUAL TERHADAP KONTEN YOUTUBE DMN "DARI MENTAL HEALTH SAMPAI KELUARGA! MARSHANDA BONGKAR SEMUANYA DISINI"

Aureylia Saschita Rahmadani, Syafrida N. Febriyanti

Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial, Budaya, dan Politik UPN "Veteran Jawa Timur"

Abstrak

Stigma sosial terhadap kesehatan mental masih menjadi tantangan serius di Indonesia, menyebabkan penyintas kesulitan mendapatkan dukungan yang layak. Di tengah keterbatasan ruang diskusi di media arus utama, platform digital seperti YouTube menjadi alternatif untuk menyuarakan pengalaman personal secara lebih inklusif. Penelitian ini mengkaji bagaimana representasi isu kesehatan mental dibentuk melalui narasi figur publik dalam media digital. Dengan menggunakan metode analisis tekstual Alan McKee, penelitian ini menganalisis video "Ngobrol Bareng Marshanda" di kanal Daniel Tetangga Kamu. Hasil analisis terhadap 25 adegan menunjukkan bahwa representasi isu kesehatan mental dalam video tersebut dimaknai melalui lima tema utama, yakni: perjuangan dan pemulihan diri; spiritualitas dan proses penyembuhan; dinamika trauma dan hubungan keluarga; konstruksi stigma sosial dan persepsi publik; serta pemaknaan kesehatan mental dalam konteks media digital. Makna denotatif dan konotatif diperkuat melalui elemen visual seperti pencahayaan hangat dan pengambilan gambar intim yang membangun suasana empatik. Temuan ini menegaskan bahwa media digital berpotensi menjadi medium edukatif dan advokatif dalam meruntuhkan stigma serta meningkatkan literasi kesehatan mental di masyarakat.

Kata Kunci: Representasi, Kesehatan Mental, Media Digital, Narasi Personal, Stigma Social.

PENDAHULUAN

Stigma terhadap isu kesehatan mental masih menjadi tantangan signifikan di Indonesia. Masyarakat cenderung memandang gangguan

mental sebagai kelemahan pribadi, bukan sebagai kondisi yang memerlukan penanganan medis dan dukungan sosial. Kondisi ini membuat penyintas kerap mengalami diskriminasi, kesulitan

*Correspondence Address : 18043010126@student.upnjatim.ac.id

DOI : 10.31604/jips.v12i9.2025. 3761-3768

© 2025UM-Tapsel Press

mengakses layanan, serta tekanan sosial untuk menyembunyikan kondisi mereka (Thornicroft, 2016). Seiring dengan meningkatnya perhatian global terhadap pentingnya kesehatan mental, media digital muncul sebagai ruang alternatif yang potensial untuk membuka diskusi publik yang lebih terbuka dan empatik.

YouTube sebagai platform media digital interaktif memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara pembuat konten dan audiens. Dalam konteks ini, narasi personal yang dibagikan oleh figur publik memiliki kekuatan untuk membentuk opini publik, mengedukasi, dan mengurangi stigma terhadap gangguan mental. Konten semacam ini juga menciptakan kedekatan emosional dengan penonton melalui penggunaan simbol visual, bahasa tubuh, dan gaya tutur yang reflektif (Burgess & Green, 2018). Marshanda, seorang aktris Indonesia, secara terbuka membagikan pengalamannya sebagai penyintas gangguan bipolar dalam episode "Ngobrol Bareng Marshanda" di kanal Daniel Tetangga Kamu. Video tersebut tidak hanya menyentuh aspek emosional dan spiritualitas, tetapi juga mengangkat dinamika keluarga dan tantangan sosial yang dihadapi oleh penyintas.

Dalam kajian media dan komunikasi, representasi memiliki peran penting dalam membentuk realitas sosial. Hall (1997) menjelaskan bahwa representasi bukan sekadar cerminan kenyataan, melainkan proses konstruksi makna melalui bahasa dan simbol yang ditangkap oleh audiens dalam konteks sosial tertentu. Sementara itu, McKee (2003) menekankan pentingnya memahami teks media melalui analisis struktur naratif dan simboliknya, yang memungkinkan pengungkapan makna denotatif, konotatif, serta representatif. Dengan menggunakan pendekatan analisis tekstual McKee, penelitian ini mengkaji bagaimana narasi Marshanda

dalam video tersebut membentuk pemaknaan terhadap isu kesehatan mental melalui lima tema utama: perjuangan dan pemulihan diri, spiritualitas dan penyembuhan, trauma dan relasi keluarga, stigma sosial dan persepsi publik, serta kesehatan mental dalam konteks media digital.

Permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah bagaimana representasi kesehatan mental dibentuk dalam konten media digital melalui narasi personal figur publik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis secara mendalam makna-makna yang terkandung dalam video "Ngobrol Bareng Marshanda" dan mengeksplorasi peran media digital dalam membentuk wacana sosial yang lebih inklusif dan reflektif terhadap isu kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis tekstual yang dikembangkan oleh Alan McKee. Metode ini memungkinkan peneliti mengeksplorasi makna dalam teks media secara mendalam melalui unsur verbal, visual, dan kontekstual. Objek kajian adalah video "Dari Mental Health Sampai Keluarga! Marshanda Bongkar Semuanya di Sini" dari kanal YouTube Daniel Tetangga Kamu, yang menampilkan narasi personal mengenai pengalaman sebagai penyintas gangguan bipolar.

Data diperoleh melalui dokumentasi dan observasi terhadap 25 adegan utama dalam video yang mengandung muatan representatif terkait isu kesehatan mental. Analisis dilakukan terhadap teks verbal (dialog dan narasi), teks visual (pencahayaan, ekspresi wajah, sudut kamera), serta konteks sosial dari penyampaian narasi. Penafsiran mencakup tiga lapisan makna, yakni denotatif, konotatif, dan representatif, untuk mengungkap

konstruksi tema-tema utama yang muncul.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Representasi isu kesehatan mental dalam media digital membentuk realitas sosial yang tidak hanya merefleksikan pengalaman individual, tetapi juga menyampaikan pesan kolektif mengenai keberanian, keterbukaan, dan harapan. Video "Ngobrol Bareng Marshanda" menghadirkan narasi yang tidak hanya bersifat personal, tetapi juga sarat makna simbolik yang dikonstruksi melalui medium audiovisual YouTube. Analisis terhadap video ini menggunakan pendekatan tekstual McKee, yang memungkinkan pengungkapan makna pada tiga level: denotatif (apa yang tampak), konotatif (apa yang tersirat), dan representatif (apa yang disampaikan secara sosial dan budaya).

Penelitian ini menemukan bahwa narasi Marshanda membentuk lima tema representasi utama yang saling berkelindan dan memperkuat pesan mengenai kesehatan mental. Tema-tema tersebut mencerminkan dinamika emosional dan sosial yang dialami penyintas, serta menunjukkan bagaimana media digital berfungsi sebagai ruang produksi makna yang inklusif. Setiap tema dianalisis berdasarkan beberapa scene yang mengandung simbol-simbol penting, baik secara verbal maupun visual, yang dirangkum dalam bentuk tabel berdasarkan sub temanya.

Tema pertama yang digunakan untuk analisis ini adalah perjuangan dan pemulihan. Narasi Marshanda menghadirkan representasi perjuangan personal dalam menghadapi gangguan bipolar. Melalui tuturan reflektif, ekspresi emosional, dan simbol visual yang kuat, video ini menampilkan bagaimana penyintas membangun makna pemulihan secara bertahap. Tema ini memperlihatkan bahwa pengalaman

pribadi bisa menjadi narasi kolektif yang menginspirasi audiens dalam memahami isu kesehatan mental. Berikut untuk tabel pembahasan di tema ini:

Tabel 1 Scene pada Tema Perjuangan dan Pemulihan

Scene	Hasil Pembahasan	Transkrip /Narasi Terkait
5	Tokoh menegaskan pentingnya kesehatan mental sebagai bagian utuh dari diri. Luka mental digambarkan seperti luka fisik yang tidak diobati. Representasi ini menekankan pentingnya pengakuan dan pemulihan batin.	"Kondisi mental gue kayak luka yang nggak dioperasi atau di-recovery."
6	Tokoh menyatakan dukungan lingkungan sebagai kunci pemulihan mental. Air "toxic" sebagai metafora menunjukkan kerentanan emosi dalam lingkungan yang buruk.	"Kalau airnya toxic, tanamannya bisa busuk."
10	Hidup digambarkan sebagai musim salju—simbol dari kesepian dan ketakutan. Namun tetap ada harapan akan "musim semi". Representasi ini menunjukkan dinamika emosi dan optimisme.	"Gue merasa hidup gue kayak di musim salju... Tapi gue percaya setelah musim salju akan ada musim semi."
23	Tokoh menyadari pola lama yang tidak sehat dan mulai mengubahnya. Representasi ini menekankan kesadaran sebagai langkah awal penyembuhan mental.	"Gue sering jatuh ke pola lama yang nggak sehat. Tapi sekarang gue mulai sadar dan mencoba keluar dari situ."
24	Sakit mental tak lagi dilihat sebagai kutukan, tapi bagian	"Gue sekarang melihat sakit itu bukan

	dari proses pembentukan diri. Konotasi spiritual mendalam muncul melalui penerimaan diri.	kutukan. Tapi bagian dari perjalanan yang bikin gue kuat."
25	Tokoh memberi pesan empati dan solidaritas untuk sesama yang berjuang. Representasi ini memperlihatkan kekuatan kolektif dalam penyembuhan.	"Lo nggak sendiri. Dan lo nggak salah. Lo nggak harus sembuh sekarang juga."

Selanjutnya tema kedua yang digunakan untuk analisis ini adalah spiritual dan proses penyembuhan. Representasi spiritualitas dalam video ini tidak hanya muncul sebagai latar emosional, tetapi juga sebagai kerangka pemaknaan atas penderitaan psikologis. Narasi Marshanda membingkai hubungan dengan Tuhan, praktik meditasi, dan refleksi batin sebagai bagian integral dari proses penyembuhan. Dalam konteks media digital, spiritualitas dikonstruksikan sebagai kekuatan internal yang bersifat personal namun komunikatif. Berikut tabel yang akan membahas rincian pada tema ke dua berdasarkan scenenya,

Tabel 2 Scene pada Tema Spiritual dan Proses Penyembuhan

Scene	Hasil Pembahasan	Transkrip/ Narasi Terkait
3	Tokoh merasa dihargai sejak kecil namun terbebani ekspektasi. Representasi spiritual muncul dalam bentuk refleksi diri atas tekanan sosial. Konotasinya menunjukkan pergulatan batin dalam mencari makna diri.	"Semua orang membuat gue merasa penting. Tapi itu malah bikin gue terbebani."
8	Merasa yatim secara emosional meski orang tua hadir.	"Gue punya kedua orang tua, tapi

	Konotasi menunjukkan krisis identitas dan kerinduan akan bimbingan spiritual. Representasi ini menggambarkan kehilangan arah dalam pembentukan jati diri.	rasanya kayak yatim piatu."
15	Tokoh belajar untuk netral dan tidak selalu berjuang. Konotasi spiritual tampak dalam proses penerimaan diri. Representasi ini menyoroti perjalanan menuju ketenangan batin.	"Sekarang gue belajar untuk netral. Nggak perlu selalu berjuang, kadang cukup menerima."
24	Sakit dipandang bukan kutukan, melainkan bagian dari pembentukan kekuatan diri. Konotasi spiritual muncul dalam bentuk penerimaan ilahi atas penderitaan. Representasi ini memperlihatkan transendensi melalui luka.	"Gue sekarang melihat sakit itu bukan kutukan. Tapi bagian dari perjalanan yang bikin gue kuat."
25	Tokoh memberikan dukungan spiritual pada sesama penyintas. Konotasinya menunjukkan empati kolektif dan dorongan untuk pemulihan. Representasi ini menyuarakan solidaritas dan harapan.	"Gue pengen bilang ke semua orang yang lagi struggling. Lo nggak sendiri..."

Selanjutnya tema ketiga yang digunakan untuk analisis ini adalah trauma dan relasi keluarga. Narasi Marshanda juga memuat dimensi trauma yang bersumber dari relasi keluarga, termasuk konflik masa kecil dan pengalaman kehilangan. Representasi keluarga dalam video ini menunjukkan ambivalensi antara luka dan rekonsiliasi. Elemen visual dan verbal digunakan

untuk menyampaikan kompleksitas emosi, menjadikan media digital sebagai ruang pengakuan sekaligus penyembuhan simbolik. Berikut table yang akan membahas rincian pada tema ini berdasarkan scenenya,

Tabel 3 Scene pada Tema Trauma Dan Relasi Keluarga

Scene	Hasil Pembahasan	Transkrip/Narasi Terkait
1	Tokoh memaknai hidup sebagai takdir, bukan hasil kendali pribadi. Representasi trauma eksistensial muncul dari kesadaran akan keterbatasan diri.	"Semua hal terjadi bukan karena kita. Tapi karena memang harus terjadi."
2	Mengalami kehilangan ayah dan tekanan dari ibu. Konotasi luka validasi membentuk trauma pengasuhan.	"Gue nggak merasa mendapatkan validasi penting dari orang tua."
7	Merasa diselamatkan oleh Tuhan di tengah keterpurukan. Spiritualitas hadir sebagai pelipur trauma.	"Meskipun di titik terendah, Tuhan selalu ada."
13	Ketika semua orang pergi, tokoh menemukan kehadiran spiritual. Representasi trauma relasional terobati lewat kepercayaan.	"Waktu semua orang pergi, Tuhan tetap ada."
14	Media ditampilkan sebagai	"Headline-nya sering nyakitin dan menjatuhkan."

	penyebab luka emosional. Representasi trauma sosial akibat stigmatisasi publik.	
20	Pemahaman atas kemarahan ibu menjadi jalan refleksi. Representasi trauma antar generasi yang diolah menjadi kesadaran.	"Gue juga belajar bahwa nggak semua hal harus disimpan sendiri."

Selanjutnya tema keempat yang digunakan untuk analisis ini adalah stigma social dan representative publik. Video ini secara eksplisit membongkar stigma yang dialami Marshanda sebagai figur publik dengan gangguan mental. Representasi sosial terhadap penyintas dibentuk melalui pengalaman diskriminatif, ekspektasi masyarakat, dan tekanan media. Melalui narasi ini, video mengkritisi cara media arus utama membingkai kesehatan mental, sekaligus menawarkan wacana tandingan yang lebih empatik. Berikut tabel yang akan membahas rincian pada tema ini berdasarkan scenenya,

Tabel 4 Scene Pada Tema Stigma Social Dan Representative Publik

Scene	Hasil Pembahasan	Transkrip/Narasi Terkait
9	Metafora putri yang tidur di basement menggambarkan trauma identitas. Representasi stigma sosial muncul dari rasa tidak layak meski sudah bebas.	"Dia masih tidur di lantai basement karena merasa nggak layak jadi putri."
11	Tokoh mengkritik bias publik terhadap dirinya. Representasi ini	"Kadang orang dengar sesuatu dari Marshanda langsung mikir negatif."

	menunjukkan bagaimana stigma melekat meski narasi pribadi berbeda.	
16	Merasa harus terus menyenangkan orang lain. Representasi stigma berakar pada tekanan sosial terhadap citra diri.	"Gue belajar bilang 'nggak'. Gue belajar kasih ruang buat diri sendiri."
17	Ketakutan keluar rumah mencerminkan dampak stigma terhadap ruang gerak. Representasi pemulihan ditunjukkan melalui langkah kecil kembali ke publik.	"Gue dulu takut keluar rumah. Tapi pelan-pelan gue belajar untuk mulai keluar."
21	Dulu menyalahkan banyak orang, kini lebih menerima. Representasi ini menggambarkan pembebasan dari stigma internal dan penemuan makna.	"Sekarang gue ngerti semua itu bukan salah siapa-siapa."

Terakhir tema kelima yang digunakan untuk analisis ini adalah kesehatan mental dalam konteks digital. Dalam era digital, representasi kesehatan mental tidak lagi terbatas pada institusi medis atau media formal. Video ini menunjukkan bagaimana YouTube berfungsi sebagai medium alternatif untuk berbagi pengalaman, membentuk komunitas, dan menyebarkan literasi emosional. Narasi Marshanda membuktikan bahwa figur publik dapat menggunakan media digital untuk membangun representasi yang lebih inklusif dan humanistik. Berikut table yang akan membahas rincian pada tema terakhir pada analisi penelitian ini berdasarkan scenenya,

Tabel 5 Scene Pada Tema Kesehatan Mental Dalam Konteks Digital

Scene	Hasil Pembahasan	Transkrip/Narasi Terkait
4	Tokoh merenungkan posisi manusia sebagai debu kecil dalam semesta. Representasi perjuangan muncul melalui penerimaan akan keterbatasan.	"Kita tuh cuman debu kecil... Seperti di dunia yang besar ini."
5	Luka mental yang tidak dirawat disampaikan sebagai bentuk perjuangan batin. Representasi pemulihan muncul dari kesadaran untuk mengenal dan merawat jiwa.	"Kondisi mental gue kayak luka yang nggak dioperasi atau di-recovery."
10	Musim salju dan musim semi menjadi metafora perjuangan keluar dari keterpurukan. Representasi pemulihan disampaikan melalui harapan akan perubahan.	"Gue percaya setelah musim salju akan ada musim semi."
12	Tokoh belajar dari masa lalunya untuk menjadi ibu yang lebih mendengar. Representasi pemulihan muncul dari sikap reflektif terhadap pola lama.	"Karena dulu gue nggak dapat itu dari nyokap."
18	Label bipolar ditolak sebagai identitas utama.	"Padahal gue lebih dari itu. Gue juga manusia biasa."

	Representasi perjuangan ditunjukkan melalui pengakuan atas sisi kemanusiaan yang lebih luas.	
19	Kebebasan dipahami bukan sebagai lepas dari masalah, tapi berdamai dengannya. Representasi pemulihan melalui penerimaan realitas.	"Kebebasan itu bukan berarti lepas dari semua masalah."
22	Ketakutan untuk bercerita beralih menjadi kekuatan. Representasi pemulihan sebagai proses keberanian membuka luka.	"Cerita itu bukan kelemahan. Itu kekuatan gue untuk sembuh."
23	Kesadaran atas pola lama menjadi awal pemulihan. Representasi perjuangan muncul dalam usaha membebaskan diri dari kebiasaan merusak.	"Sekarang gue mulai sadar dan mencoba keluar dari situ."
24	Sakit dilihat sebagai bagian dari perjalanan, bukan beban. Representasi pemulihan melalui makna positif atas penderitaan.	"Sakit itu bukan kutukan. Tapi bagian dari perjalanan yang bikin gue kuat."
25	Pesan solidaritas dan empati disampaikan kepada sesama pejuang.	"Lo nggak sendiri. Dan lo nggak salah."

	Representasi perjuangan kolektif dan dukungan emosional.	
--	--	--

Sehingga dalam video wawancara di media digital memiliki peran strategis dalam membentuk wacana publik. Studi ini menggunakan analisis tekstual Alan McKee untuk menelaah narasi personal Marshanda dalam kanal YouTube Daniel Tetangga Kamu. Hasilnya menunjukkan bahwa kesehatan mental direpresentasikan secara holistik, mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual.

Narasi Marshanda menolak dikotomi tubuh-pikiran, menekankan peran religiusitas, serta menggambarkan pemulihan sebagai proses emosional non-linear. Penggunaan metafora dan visual seperti pencahayaan hangat dan ekspresi wajah turut memperkuat nuansa empati dan keintiman. Symbolisme musim dan air menambah lapisan makna emosional, sedangkan pencitraan spiritual menolak stigma bahwa gangguan mental disebabkan oleh lemahnya iman.

Trauma keluarga dan stigma sosial juga menjadi bagian penting dalam narasi. Marshanda mengkritisi label negatif dan membangun identitas penyintas yang kuat melalui ekspresi visual dan verbal yang intens. Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya (Nugraha & Santosa, 2020; Wulandari, 2018; Handayani, 2019) yang menunjukkan bahwa narasi terbuka dan spiritualitas memiliki peran penting dalam pengurangan stigma dan proses penyembuhan.

Secara keseluruhan, narasi ini menegaskan bahwa media digital dapat menjadi ruang wacana alternatif yang inklusif dan memberdayakan, membentuk pemahaman baru yang lebih empatik terhadap isu kesehatan mental di Indonesia.

SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa representasi isu kesehatan mental dalam video “Ngobrol Bareng Marshanda” dibentuk melalui narasi personal yang menggambarkan pengalaman penyintas secara jujur, emosional, dan bermakna, dengan pendekatan yang holistik. Analisis terhadap 25 scene utama mengungkap lima tema dominan, yakni perjuangan dan pemulihan diri, spiritualitas dan penyembuhan, trauma dan relasi keluarga, stigma sosial dan persepsi publik, serta konteks media digital. Elemen verbal dan visual saling melengkapi dalam membangun makna denotatif, konotatif, dan representatif yang memperkuat pesan utama. Narasi Marshanda tidak hanya membongkar konstruksi stigma sosial yang masih melekat, tetapi juga membentuk wacana tandingan yang lebih empatik dan edukatif. Hal ini menunjukkan bahwa media digital, khususnya YouTube, berpotensi menjadi ruang representasi alternatif yang memberdayakan, membuka dialog publik, serta berkontribusi dalam peningkatan literasi dan advokasi kesehatan mental di tengah masyarakat Indonesia yang masih sarat stigma.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan ilmiah serta arahan selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam penyusunan artikel ini. Secara khusus, penulis menghargai keberanian Marshanda dalam membagikan kisah personalnya yang menjadi dasar penting dalam analisis representasi kesehatan mental melalui media digital.

DAFTAR PUSTAKA

- P Burgess, J., & Green, J. (2018). YouTube: Online video and participatory culture (2nd ed.). Polity Press.
- Hall, S. (1997). Representation: Cultural representations and signifying practices. Sage Publications.
- McKee, A. (2003). Textual analysis: A beginner's guide. Sage Publications.
- Thornicroft, G. (2016). Shunned: Discrimination against people with mental illness. Oxford University Press.
- Zimmer, L. (2010). Qualitative meta-synthesis: A question of dialoguing with texts. *Journal of Advanced Nursing*, 66(3), 482-491. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2009.05229.x>
- YouTube – Daniel Tetangga Kamu. (2023, January 10). Ngobrol bareng Marshanda [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=tjopHSsWY00&t=3402s>