

STRATEGI DUKUNGAN SOSIAL BIPOLAR CARE INDONESIA DALAM PEMBERIAN EDUKASI DAN DUKUNGAN BAGI PENYINTAS BIPOLAR

PENULIS

¹⁾Ghoziyyah Ibnati Jamal, ²⁾Vilya Dwi Agustini,
³⁾Wininda Qusnul Khotimah

ABSTRAK

Masyarakat Indonesia saat ini masih banyak yang minim informasi dalam memahami pentingnya kesehatan mental khususnya bagi gangguan mental Bipolar, berangkat dari permasalahan itulah terbentuknya komunitas Bipolarcare Indonesia (BCI). Penelitian ini berfokus pada bagaimana strategi dukungan sosial yang diberikan BCI kepada penyandang Bipolar. Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme dan teori dukungan sosial yang di kemukakan oleh Daena Goldsmith. Teori dukungan sosial didalam penelitian ini menjelaskan bahwa dukungan yang diberikan BCI memberikan dampak hidup yang lebih berkualitas bagi anggota. Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari informasi bentuk dukungan yang diberikan BCI kepada penyintas. Pendekatan yang digunakan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. penelitian ini ialah BCI membentuk tahapan strategi komunikasi untuk menerapkan strategi dukungan sosial yang efektif bagi penyintas. Tahapan strategi BCI berbentuk pemilihan khalayak, tujuan program, strategi penyusunan pesan dan pemilihan media. BCI memberikan dukungan sosial berupa dukungan informasi edukasi, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan. Dukungan ini disampaikan melalui kegiatan *support peer group*, postingan edukasi melalui sosial media, maupun dukungan antar anggota pada laman sosial media Facebook dan WhatsApp BCI.

Kata Kunci

Bipolar, BCI, Dukungan Sosial, Kesehatan Mental

ABSTRACT

Currently, many Indonesian people still lack information in understanding the importance of mental health, especially for Bipolar mental disorders. Starting from this problem, the Bipolar care Indonesia (BCI) community was formed. This research focuses on the social support strategies provided by BCI to people with bipolar disorder. This research uses the constructivism paradigm and social support theory put forward by Daena Goldsmith. The social support theory in this research explains that the support provided by BCI has the impact of a better quality of life for members. The aim of this research is to find information on the forms of support provided by BCI to survivors. The approach used is descriptive qualitative with a case study method. This research is that BCI forms communication strategy stages to implement effective social support strategies for survivors. The BCI strategy stages take the form of audience selection, program objectives, message formulation strategy and media selection. BCI provides social support in the form of educational information support, instrumental support and appreciation support. This support is delivered through peer group support activities, educational posts via social media, as well as support between members on BCI's Facebook and WhatsApp social media pages.

Keywords

Bipolar, BCI, Social Support, Mental Health

AFILIASI

Prodi, Fakultas
Nama Institusi
Alamat Institusi

^{1,2,3)}Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
^{1,2,3)}Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka
^{1,2,3)}Jl. Limau 2 Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, DKI Jakarta

KORESPONDENSI

Penulis
Email

Vilya Dwi Agustini
vilyadwi@uhamka.ac.id

LICENSE



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

I. PENDAHULUAN

Masalah Kesehatan mental di Indonesia saat ini belum menjadi sebuah prioritas yang diperhatikan para orang tua. Kehadiran orang tua untuk melakukan pendampingan pertumbuhan anak mulai bukan hanya secara fisik seperti makan, minum dan tempat tinggal yang layak. Tapi juga memiliki tanggung jawab dalam perkembangan psikologis anaknya. Orang tua wajib berperan aktif melakukan pendampingan kepada anaknya dengan memberikan lingkungan positif sehingga anak dapat menjadi pribadi yang asertif dalam menjalani kehidupan dan menangani masalah.

Gangguan mental terjadi karena banyak faktor yang salah satunya adalah kurangnya arahan dari para pendamping dan tidak memiliki contoh yang baik dalam menangani masalah (Psikogenik). Tak hanya itu, genetika juga salah satu faktor terbesar mengapa seseorang dapat mengidap gangguan mental (Yosep, 2013). Faktor resiko gangguan mental yang paling banyak terjadi pada remaja yaitu remaja yang memiliki tekanan disekolah maupun dirumah (Saputri & Nurrahima, 2020). Tak hanya itu perceraian orang tua, ketidak harmonisan di lingkungan rumah dan sekolah serta korban bullying juga merupakan faktor terjadinya gangguan mental (O'Connor, Gladstone, Beardslee, 2012) Selain itu tidak cukup memiliki dukungan sosial, memiliki harga diri yang rendah, gaya kognitif yang negatif, kematian orang tua, dan memiliki orang tua atau keturunan dari kerabat yang memiliki gangguan mental, dan yang umumnya terjadi adalah kesalahan dalam pengasuhan dari orang tua (Purnomo, Basoeki, Kalalo, 2019).

Diantara dua kutub mental ini di tandai jeda yaitu fase eutimik atau fase normal. Setiap orang umumnya mengalami suasana hati yang baik dan suasana hati yang buruk. Namun, seseorang dengan gangguan Bipolar mengalami perubahan suasana hati ekstrim dengan pola emosional yang mudah dapat berubah secara drastis. Pada suatu ketika, Seseorang dengan gangguan Bipolar mungkin merasa sangat gelisah, bersemangat, insomnia atau tidak tidur sama sekali selama episode terjadi, kenaikan berat badan karena meningkatnya nafsu makan, tidak dapat mengontrol perilaku impulsif dan berperilaku tanpa pikir panjang yang dapat membahayakan diri mereka sendiri kondisi fase ini di sebut episode mania. Ketika suasana hatinya turun, dia bisa menjadi sangat depresi, pesimis, Putus asa sampai telintas fikiran untuk bunuh diri, keadaan ini di sebut sebagai fase episode depresi. suasana hati meningkat berat secara klinis dikenal sebagai mania, atau ringan disebut itu hipomania. Faktor penyebab gangguan jiwa (Bipolar *disorder*) adalah faktor Genetika, Fisiologi, Lingkungan (M Yamudaha, F Oktaviani, 2015).

Perubahan suasana hati yang ekstrim, yaitu perubahan antara keadaan manik dan depresi membuat orang dengan gangguan Bipolar membutuhkan kehadiran serta dukungan orang lain untuk menemani dan merawatnya (Bumagin, 2009). Dilakukan oleh seseorang yang tidak profesional, tidak dibayar, wiraswasta, dan biasanya dari anggota keluarga seperti pasangan, teman atau anak disebut *caregivers* informal (Kusuma, 2013: 102).

Berangkat dari permasalahan minimnya informasi mengenai kesehatan mental atau gangguan mental Bipolar terutama di Indonesia, di dirikanlah Care Indonesia (BCI). Bipolar Care Indonesia adalah komunitas yang memiliki fokus tujuan untuk mengedukasi penyintas mengenai gangguan kesehatan mental yaitu Bipolar dan memberikan dukungan sosial kepada penyintas. Komunitas BCI tak hanya mengedukasi para penyandang Bipolar namun juga turut memberikan dukungan edukasi kepada *caregivers* yaitu orang-orang terdekat dari para penyandang Bipolar untuk mendukung para penyandang Bipolar agar dapat melanjutkan hidup sebagaimana semestinya

Organisasi BCI berdiri awalnya dengan tujuan mengedukasi penyintas mengenai gangguan isu Kesehatan mental, khususnya Bipolar. Penelitian ini meneliti strategi dukungan sosial komunitas BCI dalam memberikan edukasi kepada penyintas mengenai apa itu Bipolar dan bagaimana menanganinya. Pemberian edukasi dianggap penting dilakukan kepada masyarakat secara umum dan penyintas Bipolar khususnya dilatar belakangi masih minimnya informasi mengenai Bipolar, hingga munculnya beberapa stigma negatif terhadap penyintasnya.

Penelitian ini bertujuan menggali kegiatan yang dilakukan BCI dalam mengedukasi penyintas Bipolar dan strategi dukungan sosial yang dilakukan BCI melalui pendekatan *personal*, *support peers group* dan sosial media.

II. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini digunakan pendekatan kualitatif, sebagai sebuah cara penelitian dengan mengumpulkan keluasan dan kedalaman data. Bogdan dan Taylor dalam (Nasution, 2018) yang menjelaskan metode penelitian kualitatif sebagai sebuah tahapan penelitian yang memberikan sebuah data deskriptif dalam bentuk teks, memo tentang makna, nilai, dan tafsiran. Tak hanya itu, metode kualitatif bersifat *holistic*, dimana interpretasi data dalam kaitannya dengan aspek yang berbeda mungkin ada. Maka secara garis besar mendefinisikan bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang memanifestasikan untuk menemukan fakta-fakta tertentu melalui keadaan objek-objek alami nyata dan menghasilkan data deskriptif lisan atau tertulis, dimana pengumpulan data pada dasarnya bergantung pada proses pengamatan peneliti itu sendiri. Pada jenis penelitian kualitatif, orang adalah alat analisis dan hasil penelitian berupa teks atau pernyataan yang relevan dengan kondisi yang ada (Moleong, 2018).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

BCI (Bipolar care Indonesia) merupakan organisasi nirlaba yang menjalankan program pemberian edukasi bagi penyintas bipolar. Organisasi ini menyediakan sebuah forum untuk berbagai informasi hingga *support peer group*. Secara garis besar ada kegiatan mereka meliputi;

1) *Group whatsapp*

Kelompok kecil diskusi yang dilakukan di *group whatsapp* dapat diikuti oleh para pengidap Bipolar yang sudah terdiagnosa oleh tenaga profesional. Di dalam kelompok ini para anggota dapat saling berdiskusi dan bercerita mengenai suka duka menjalani kehidupan dengan gangguan mental Bipolar. Di *group* ini para *member* di berikan wadah oleh BCI untuk mencari informasi atau sekedar bertukar cerita dan saling memberikan dukungan kepada satu sama lain. Di *group* ini BCI juga memberikan arahan serta informasi seputar kegiatan positif dan cara menjalankan hidup produktif bagi pengidap gangguan mental Bipolar.

2) *Support peer group online*

Kegiatan ini memberikan wadah khusus bagi pengidap Bipolar yang telah terdiagnosis dan *caregivers* untuk berbagi cerita dan berbagi cara dalam menghadapi gejala-gejala yang muncul. Pada kegiatan ini pengidap Bipolar yang bersedia berbagi cerita keseharian mereka ataupun tips untuk menghadapi rintangan yang terjadi jika gejala muncul. Tak hanya berbagi cerita namun kegiatan ini membebaskan anggota yang mengikuti kegiatan ini untuk memberikan pengalaman mereka dan dampak dari obat-obatan yang mereka konsumsi, gunanya untuk memberikan dukungan berupa gambaran bagi penyintas Bipolar bahwa setiap obat dan terapi Bipolar akan memiliki dampak berbeda.

3) Edukasi kesehatan mental

BCI memberikan informasi edukasi kesehatan mental terutama gangguan mental Bipolar melalui sosial media Facebook, Instagram, WhatsApp serta Website. Melalui Akun-akun sosial media BCI memberikan postingan berupa dukungan bagi penderita, informasi seputar kesehatan mental dan informasi kegiatan yang akan dilaksanakan. Melalui media sosial BCI juga melakukan kampanye kesehatan mental.

4) *World Bipolar day*

BCI setiap tahunnya merayakan hari Bipolar sedunia pada tanggal 30 maret. Perayaan dilaksanakan dengan mengadakan seminar bersama tenaga profesional, kegiatan diskusi maupun pameran karya seni.

3.1 Bentuk-bentuk Dukungan yang Dilakukan Bagi Penyintas Bipolar

- 1) Dukungan Informasi dan Edukasi Komunitas BCI bagi Penyintas dan *Caregivers* Mengenai Bipolar
Dengan mendapatkan dukungan informasi para penyintas dan penyintas dan *caregivers* umum yang ingin mengetahui informasi terhadap kondisi mental mereka merasa terbantu sehingga dapat memahami kondisi keadaan dan merasa jauh lebih mudah karena tidak merasa hilang arah dari dukungan informasi yang BCI berikan. Hal ini diperkuat oleh informan AN:

“aku sih ngerasa kebantu banget ya, soalnya pas tau aku didiagnosa Bipolar tu syok dan ngerasa lost banget bingung mesti apa trus bingung nanya efek obat gimana soalnya kan efek obat beda-beda tiap orang trus pas aku cari tau Bipolar itu apa munculah BCI ini akhirnya aku bisa tau tuh kegiatan apa aja dan ngerasa kebantu banget sama informasi yang di kasih BCI trus juga orang tu udah aware sama Bipolar aku jadi ga takut buat nyari info”.

- 2) Dari yang Disampaikan Informan AN ini Dukungan Informasi BCI Mengenai Kesehatan Mental dapat Membantu Penyandang Bipolar Merasa Mendapatkan Dukungan, Dukungan Instrumental BCI bagi Penyintas dan *Caregivers*.

BCI memberikan dukungan instrumental seperti mengadakan seminar serta menyelenggarakan kegiatan lainnya yang membutuhkan tenaga dan waktu para pengurus untuk dapat melaksanakan program-program baik *offline* maupun *online*. Pada pertanyaan yang di utarakan ketua BCI Vindy Ariella mengenai dukungan instrumental:

“Buat kegiatan seminar atau kegiatan offline itu kita bareng-bareng si pengurus bantu pengurus dan arrange kegiatannya di bantu para volunteer juga yang bantu bikin acara setting waktu dan tempat. Jadi buat pengurus yang capable buat ikut andil ya pasti meluangkan waktunya”.

Selain itu sesama anggota BCI yang tergabung di group facebook dan whatsapp juga saling memberikan dukungan berupa nasihat, kata-kata penyemangat dan memberikan dukungan bahwa mereka tidak menghadapi kesulitan yang mereka alami sendiri.

- 3) Dukungan penghargaan BCI bagi penyandang Bipolar

BCI memberikan dukungan penghargaan berupa ungkapan positif dan perbandingan perilaku antar penyintas. Di dalam komunitas ini penyandang Bipolar dapat memberikan ungkapan berupa *verbal support* kepada satu sama lain serta memberikan kondisi pribadi mereka untuk di jadikan pertimbangan kepada penyandang dan *caregivers* dengan harapan seseorang yang membutuhkan dukungan dapat merasa lebih kuat dari dukungan anggota lainnya. Penjelasan ini diperkuat oleh informan HK :

“saya dapat banyak insight sih dari BCI ini saya juga jadinya ngerasa semangat hidup pas baca postingan BCI saya juga ngerasa oh jadi saya ga sendirian lho trus juga temen-temen di komunitas tu bener-bener support dan dukung banget kaya saya bilang saya lagi depresi mereka bantu ngasih saran dikasih dukungan juga trus kalo ada yang ngalamin hal yang sama saya comment di postingannya saya kasih dukungan dari pengalaman saya”.

3.2 Karakteristik, Tujuan dan *feedback* Dukungan Sosial yang Diberikan BCI

BCI menentukan khalayak berdasarkan karakteristiknya, di lihat dari fenomena penyintas yang tabu untuk membicarakan kesehatan mental dan teman-teman penyintas Bipolar yang kesulitan mendapatkan informasi. meskipun BCI tidak menargetkan secara spesifik siapa khalayaknya namun berdasarkan hasil observasi, khalayak BCI adalah siapapun yang memiliki kaitan dengan gangguan mental Bipolar. Pada penentuan khalayak yang BCI lakukan ini agar dapat memahami kondisi realita para penyandang Bipolar sehingga memudahkan BCI untuk membentuk pesan dan programnya. Meskipun BCI tidak menetapkan secara spesifik khalayaknya namun dari hasil observasi sosial media dan kegiatan BCI banyak kali di hadiri oleh perempuan dan laki-laki di rentang usia 18-40 tahun. Kebanyakan khalayak adalah penyintas Bipolar dan *caregivers*. Mereka umumnya mencari tempat untuk berkeluh kesah, mencari teman sesama penyintas atau hanya sekedar mencari dukungan.

Komunitas ini juga memiliki tujuan untuk mematahkan stigma penyintas dan *caregivers* mengenai Bipolar sehingga teman-teman penyintas dapat melanjutkan hidup tanpa stigma yang melekat.

Berdasarkan karakteristik penerima pesan BCI, pesan yang disampaikan BCI di bentuk sedemikian rupa agar khalayak dapat memahaminya dengan baik. Pesan yang BCI sampaikan adalah informasi seputar Bipolar, cara menghadapi gejala, dukungan untuk pulih, wadah untuk berkeluh kesah dan bentuk penghargaan melalui tulisan- tulisan. Pesan-pesan ini berupa unggahan instagram dan kegiatan seperti seminar, webinar dan *support peer group*. Untuk menyusun pesan, pengurus BCI memberikan *sylabus* kepada *volunteer* pengurus untuk membuat *design* poster untuk unggahan *instagram* dan *website*.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan unggahan pada instagram maupun media lainnya bersifat acak, acak dalam hal ini adalah pesan di unggah tidak memiliki pesan yang teratur namun di unggah mengikuti *capability* dari pengurus dan volunteer pengurus BCI. Meskipun kegiatan webinar rutin diadakan namun kegiatan juga tidak memiliki waktu yang pasti, kegiatan diadakan mengikuti kemampuan pengurus dan volunteer pengurus dalam memberikan waktu dan tenaga untuk menyelenggarakan. Kegiatan yang rutin dilakukan adalah seminar yang rutin diadakan setiap tahunnya pada *world Bipolar day* setiap tanggal 30 maret.

Pesan pada kegiatan ini diberikan beragam yaitu menghadirkan tenaga profesional untuk memberikan ceramah mengenai Bipolar dan biasanya diikuti dengan sharing cerita dari teman-teman penyintas yang menjadi narasumber dan untuk tahun 2023 ka Vindy Ariella selaku ketua BCI juga turut menjadi narasumber

di acara *world Bipolar day* yang diselenggarakan BCI tahun 2023 ini. Namun pesan khusus yang BCI sampaikan adalah mengenai gangguan mental Bipolar.

BCI memiliki tujuan untuk memberikan edukasi dan menyampaikan informasi kepada seluruh lapisan penyintas. Maka dari itu, BCI memilih media sosial dalam pemilihan media. Media sosial yang BCI gunakan adalah instagram, facebook, whatsapp dan website. Penggunaan sosial media di aplikasikan dalam pemilihan media BCI. Pada media instagram, BCI dapat menyebarkan dengan mudah informasi mengenai Bipolar pada media ini. dengan cara mengunggah suatu pesan dan audience dapat memberikan *feedback* berupa *like*, *share* dan *comment*. Selain itu, BCI menyelenggarakan webinar dan webinar yang kegiatannya para pembicara memberikan ceramah dan edukasi kepada audience yang datang dan audience dapat memberikan *feedback* berupa pertanyaan. Media-media ini dapat menjangkau audience dengan cepat dan luas dalam waktu yang singkat seperti pengertian dari media sosial.

BCI menentukan metode dalam menyampaikan pesannya dilihat dari khalayak yang telah di tentukan dan tujuannya. Untuk mempengaruhi khalayak sehingga pesan mengenai Bipolar dan dapat mematahkan stigma penyintas dan *caregivers*, BCI menentukan metode pendekatan massal. BCI menyampaikan pesan melalui media yang masif sehingga informasi dapat tersampaikan secara luas. Teknik penyampainnya pun menggunakan fakta dan informasi menjadikan teknik yang BCI gunakan adalah informatif. Arah tujuan pesan BCI hanyalah pada sampai tahap edukasi. BCI

3.3 *Buffering Effect* Dampak Dari Dukungan Sosial Yang Diberikan BCI

Dukungan sosial merupakan dukungan yang meliputi aspek emosional, instrumental dan finansial. Terdapat dua asumsi dalam teori ini, yaitu dalam memberikan dukungan sosial dapat muncul *direct effect* dan *buffering effect*. Kedua efek tersebut sama-sama memiliki dampak positive bagi penerima dukungan namun perbedaannya terletak pada proses interpretasi pesannya dan dampaknya bagi kesehatan mental penerima dukungan. Pada fenomena di dalam komunitas BCI, *buffering effect* menjadi respon dari pemberian dukungan yang diberikan komunitas didalam BCI.

Terdapat 3 asumsi menurut Daena Goldsmith dan Terrance Albercht mengapa dapat muncul *buffering effect* dan relevansinya dengan komunitas BCI ; Yang pertama, dukungan sosial dapat memberikan dampak dari apa yang sedang penerima dukungan alami dan memberikan dukungan untuk mengontrolnya di lingkungan sosial. Pada hal ini BCI memberikan tempat aman kepada para pengidap Bipolar bahwasanya mereka tidak sendiri dalam menghadapi kesulitan mengontrol gejala. Ketika lingkungan mereka tidak memberikan dukungan yang memadai, BCI memberikan tempat berupa *support peer group* dan forum diskusi *online* sehingga pengidap maupun *caregivers* yang ingin bertanya mengenai kesulitan yang mereka hadapi ataupun sekedar mencari dukungan dari satu sama lain mendapatkan tempat yang tepat.

Asumsi kedua adalah dukungan sosial memberikan informasi mengenai kesehatan mental dan bagaimana mendapatkannya. Pada program-program BCI, BCI. vv berfokus pada pengetahuan mengenai gangguan mental Bipolar dan bagaimana menghadapinya. Selain itu, BCI juga menghadirkan tenaga kesehatan profesional seperti psikolog dan psikiater untuk memberikan informasi yang dibutuhkan. Pada forum diskusi juga para anggota di bebaskan untuk bertanya mengenai tenaga kesehatan profesional yang dapat mereka tuju di kota masing-masing dan anggota lain memberikan rekomendasinya. Dari hasil wawancara dan obersrvasi penulis, BCI adalah tempat pertama mereka mendapatkan informasi mengenai Bipolar dikarenakan minimnya informasi terhadap kesehatan mental di Indonesia. Hanya dengan mudah mencari komunitas Bipolar di Indonesia akan muncul forum dan laman BCI pada sosial media dan sejauh ini BCI adalah komunitas yang berfokus terhadap gangguan mental Bipolar satu-satunya dan yang pertama di Indonesia.

Asumsi ketiga ialah, dukungan sosial dapat memberikan dukungan yang langsung mengarah pada gangguan kesehatannya, dukungan langsung dalam fenomena kasus BCI adalah memberikan seminar dan webinar gratis sehingga pengidap gangguan mental Bipolar dapat mendapatkan langsung informasi dan melakukan tanya jawab mengenai gejala yang mereka hadapi ataupun mendapatkan informasi cara menghadapi kerabat mereka yang membutuhkan bantuan bagi *caregivers*.

BCI memberikan dukungan artifisial yang berarti di dapatkan dari kebutuhan primer komunikator. BCI adalah komunitas yang ingin memberikan wadah atau tempat bernaung bagi penyintas Bipolar sehingga mereka tidak merasa tersingkirkan dari lingkungan penyintas dan *caregivers*. BCI Juga memberikan dukungan berupa informasi terhadap gangguan mental Bipolar, nasihat dan saran dalam menghadapi gejala Bipolar. Tak hanya itu BCI juga memberikan dukungan informasi kepada *caregivers* yang memberikan dukungan sosial natural kepada penyintas Bipolar. BCI memberikan informasi cara untuk membantu kerabat dan teman dari

caregivers. Meskipun tidak memberikan dukungan emosional karena penyampaian pesan BCI menggunakan media masif sosial media, BCI tetap memberikan dukungan penghargaan melalui pesan penguatan.

Pada pesan-pesan yang BCI utarakan, BCI berterima kasih dan terus mengulang pesan kepada audiencenya untuk terus melanjutkan hidup secara positif. Tak hanya itu, anggota dari BCI juga turut saling memberikan dukungan penghargaan ketika salah satu diantara mereka meminta dukungan pada laman *facebook* dan grup *whatsapp*. Pada kegiatan BCI, webinar, seminar dan *support peer group* BCI memberikan dukungan instrumental dan informasional. Kegiatan ini meliputi pemberian informasi dengan topik utama gangguan mental Bipolar dan menghadirkan tenaga kesehatan profesional. BCI bersedia untuk memberikan waktu dan materi untuk mengadakannya, namun ada beberapa kegiatan yang mengharuskan untuk khalayak membayar kegiatannya.

Dukungan utama yang BCI berikan adalah dukungan informasional. Meskipun BCI mengadakan pertemuan webinar dan *support peer group* tatap muka namun dukungan yang BCI rutin lakukan adalah mengunggah flyer pada sosial media *instagram*. Faktor yang mempengaruhi pemberian dukungan BCI adalah karakteristik dari komunikator BCI yang selaras dengan tujuan pesan BCI yaitu edukasi gangguan mental Bipolar.

Dukungan sosial yang diberikan BCI dapat menghambat stressor ataupun gejala yang muncul bagi pengidap dan memberikan arahan kepada *caregivers*. Sehingga stressor atau gejala yang muncul dapat di kontrol dengan komunikasi yang efektif dan muncul dampak hidup yang lebih produktif karena tidak merasa sendirian menghadapinya, lebih bersemangat meminum obat dan meminimalisir kekambuhan karena dukungan konsisten meminum obat serta tidak kehilangan arah ketika membutuhkan informasi mengenai gejala dan informasi kesehatan yang didapatkan dari *sharing information* pada *support peers group* serta webinar.

IV. KESIMPULAN

Strategi pemberian dukungan sosial BCI dijalankan sesuai dengan langkah- langkah pada strategi komunikasi yaitu menentukan khalayak, menentukan tujuan, menyusun pesan, menetapkan media dan terakhir adalah menetapkan metode. Khalayak BCI yang merupakan penyintas dan *caregivers* umum usia 18 tahun keatas dan semuanya memiliki kaitan dengan gangguan mental Bipolar atau kesehatan mental. Tujuan utama dari BCI adalah mematahkan stigma penyintas dan *caregivers* serta edukasi mengenai gangguan mental Bipolar dan memberikan tempat bernaung bagi penyintas Bipolar. Pesan utama yang disampaikan merupakan seputar gangguan mental Bipolar dan pesan di salurkan menggunakan media publik yaitu sosial media *facebook*, *instagram*, *whatsapp* dan *website*. Metode yang BCI gunakan untuk menjalankan strateginya adalah melakukan metode pendekatan massal dan menjalankan tehnik informatif serta edukatif.

Dalam menjalankan dukungan sosial, BCI memberikan dukungan sosial artifisial berupa dukungan penghargaan, dukungan informasional, dan dukungan instrumental. Berdasarkan hasil penelitian juga BCI memberikan dukungan sosial dilandasi beberapa faktor utama yaitu minimnya informasi pada penyintas dan *caregivers* terhadap Bipolar dan karakteristik penerima pesan yang memiliki kebutuhan yang sama akan informasi mengenai Bipolar. Namun dua faktor dari strategi pemberian dukungan sosial BCI dijalankan adalah untuk memberikan dukungan informasi dan edukasi mengenai gangguan mental Bipolar dan memberikan wadah bagi penyandang serta *caregivers* untuk mendapatkan wadah untuk mengekspresikan kondisi mereka agar mereka dapat menjalankan hidup yang terus produktif.

REFERENSI

- Alvin A. Goldberg dan Carl E. Larson. (1985). *Komunikasi Kelompok : Proses-Proses Diskusi dan Penerapannya*. Jakarta : UI Press.
- Andrew Kakabadse, Ron Ludlow, S. V. (2005). *Working in Organisations*.
- Arifin, A. (1994). *strategi komunikasi : sebuah pengantar ringkas*. Bandung Armico. Atkin, C. K., & Rice, R. E. (Riswandi, 2009) (2017). *Theory and Principles of Public Communication Campaigns*. *Public Communication Campaigns*, 2–19. <https://doi.org/10.4135/9781544308449.n1>
- Bonaja Purba, D. (2020). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. In *Pengantar Ilmu Komunikasi (Vol. 1, Issue komunikasi)*.
- Cangara, H. (2010). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Rajawali Press.

- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125.
- Daena J. Goldsmith. (2008). *Communicating Social Support*. Cambridge University Press.
- DiMatteo, M. R. (2004). Social Support and Patient Adherence to Medical Treatment: A Meta-Analysis. In *Health Psychology* (Vol. 23, Issue 2, pp. 207–218). <https://doi.org/10.1037/0278-6133.23.2.207>
- Effendy, U. (2005). *Komponen Strategi Komunikasi*. 6–17.
- Gerald M. Goldhaber. (1993). *Organizational communication*. Wm.C. Brown.
- Hariyanto, D. (2021). *Pengantar Ilmu Komunikasi* (F. A. Darma & D. M. Utomo (eds.)). UMSIDA Press.
- Hugh J. Arnold, D. C. F. (1986). *Organizational Behaviour*.
- Johnsen, M. C. (2001). *Psychiatric Services*, 52(10), 1404–1404. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.52.10.1404>
- Johnson, D. P. (1994). *Teori sosiologi :klasik dan modern*. Gramedia.
- Kulvisaechana, S. (2001). *The Role of Communication in change management process : a case study of consigna brand and business status introduction*.
- Laura A. King. (2010). *Psikologi umum : sebuah pandangan apresiatif* Laura A. King (p. 542).
- M Yamudaha, F Oktaviani, R. T. (2015). *Komunikasi Psikiater dengan penderita Bipolar*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/kom.v2i2.845>
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif (Cetakan ke)*. PT Remaja Rosdakarya.
- Muhammad, A. (2002). *Komunikasi Organisasi*. Bumi Aksara.
- Mulyana, D. (2017). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar (Prof. Deddy Mulyana, M.A., Ph.D.) (Z-Library).pdf*. PT Remaja Rosdakarya.
- Ningsih, S. wahyu. (2013). *Metode Penelitian Studi Kasus Konsep, Teori Pendekatan Psikologi*.
- Prof. Drs. Onong Uchjana Effendy, M. a. (2019). *Ilmu Komunikasi Teori Dan Praktik*. PT. Remaja Rosda Karya.
- R. Wayne Pace, D. F. F. (1994). *Organizational Communication*.
- Raihan. (2017). *Metodologi Penelitian*. In Universitas Islam Jakarta.
- Riadi, M. (2020). *strategi komunikasi (pengertian, Tekhnik, Langkah dan Hambatan)*. <https://www.kajianpustaka.com/2020/01/strategi-komunikasi-pengertian-teknik-langkah-dan-hambatan.html>
- Riswandi. (2009). *Ilmu Komunikasi*.
- S. Djurarsa Sendjaja. (1994). *Teori Komunikasi*. Universitas Terbuka Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Saputri, I. A., & Nurrahima, A. (2020). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Depresi Anak Usia Sekolah: *Kajian Literatur. Holistic Nursing and Health Science*, 3(2), 50–58. <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.2.2020.50-58>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions: Stress, Biopsychosocial Factors, and Illness*. https://www.cambridge.org/core/product/identifier/CBO9781107415324A009/ty pe/book_part
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Victoria E. Bumagin. (2009). *Caregiving*. spinger.
- Yosep. (2013). *keperawatan jiwa*. Refika aditama.
- Jurnal:
Atkin, Charles K., and Ronald E. Rice. 2017. “*Theory and Principles of Public Communication Campaigns*.” *Public Communication Campaigns*: 2–19.

- Cohen, Sheldon, and Harry M. Hoberman. 1983. "Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress." *Journal of Applied Social Psychology* 13(2): 99–125.
- Heinrichs, Harald, and Hans Peter Peters. 2004. "Coastal Protection: Reception and Interpretations." : 14-16.
- Imran, Hasyim Ali. 2014. "Fenomena Komunikasi dan Ilmu Komunikasi " (Telaah Filsafat Ilmu Berbasis Elemen Epistemologi)." *Jurnal Studi Komunikasi dan Media* 17(2): 197.
- M Yamudaha, F Oktaviani, RR Taufik. 2015. "Komunikasi Psikiater Dengan Penderita Bipolar."
- Nabila, Nisrina L, and Hedi Pudjo Santoso. 2021. "Strategi Komunikasi Publik Untuk Meningkatkan Kepercayaan Publik Dalam Menangkal Infodemic Covid-19." *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 18(2): 168-79.
- Nasar. 2022. "Model Dan Teori Komunikasi." *Pengantar Ilmu Komunikasi*: 47.
- Paramasari, Silvia Nevane, and Adi Nugroho. 2021. "Strategi Komunikasi Kesehatan Dalam Upaya Membangun Partisipasi Publik Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi* 5(1): 123–32.
- Ridha, Nikmatur. 2017. "Paradigma Penelitian." *Jurnal Hikmah* 14(1): 62–70.
- Saputri, Iga Ayu, and Artika Nurrahma. 2020. "Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Depresi Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur." *Holistic Nursing and Health Science* 3(2): 50–58.
- Riadi, M. (2017). *Pengertian, Bentuk dan Manfaat Dukungan Sosial*.
- KajianPustaka.Com. <https://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-bentuk-dan-manfaat-dukungan-sosial.html>
- Riadi, M. (2020). *strategi komunikasi (pengertian, Teknik, Langkah dan Hambatan)*. <https://www.kajianpustaka.com/2020/01/strategi-komunikasi-pengertian-teknik-langkah-dan-hambatan.html>