

MAKNA KESEHATAN MENTAL DALAM FILM *BOLEHKAH SEKALI SAJA KU MENANGIS* ANALISIS SEMIOTIKA ROLAND BARTHES

Syahla Hidayah, Fakhrrur Rozi

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

syahla0603212122@uinsu.ac.id, fakhrrurrozi@uinsu.ac.id

Abstrak

Article History

Received: 14-04-2025

Revised : 24-04-2025

Accepted: 04-05-2025

Keywords:

Mental Health,

Film,

Roland Barthes' Semiotics,

Representation,

This study aims to analyze the representation of mental health in the film Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis using Roland Barthes' semiotic approach.

The problem raised is how denotative, connotative, and mythical meanings in the film form a narrative about psychological disorders and the dynamics of character emotions. The film features the main character, Tari, who experiences psychological stress due to family conflict and tries to recover through discussion groups. This study uses a qualitative approach with a case study method. Data collection techniques are carried out through observation and documentation, with analysis focused on ten main scenes in the film. The results of the study show that mental health issues are represented through visual and verbal symbols such as dark rooms, mirrors, silent expressions, and emotional dialogues. The film dismantles social myths about emotional strength, intergenerational trauma, and the role of patriarchal families in forming inner wounds. These representations form a new narrative that is more inclusive and empathetic to mental health issues. Thus, this film is not only artistic but also educational, and contributes as an alternative media in the literacy campaign and reducing the stigma against mental health in Indonesia.

Pendahuluan

Film sebagai medium komunikasi memiliki peran yang signifikan dalam merepresentasikan berbagai aspek kehidupan, termasuk isu kesehatan mental. Representasi ini tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ekspresi seni, tetapi juga sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran dan literasi masyarakat mengenai kesehatan mental (Goodwin et al., 2024). Salah satu film yang menarik perhatian dalam konteks ini adalah *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis*, yang menampilkan berbagai simbol dan tanda terkait kesehatan mental. Untuk memahami bagaimana

representasi tersebut dikonstruksi, analisis semiotika Roland Barthes menjadi pendekatan yang tepat dalam menguraikan makna yang tersembunyi di balik tanda-tanda yang ditampilkan dalam film.

Film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* adalah film Indonesia tahun 2024 yang disutradarai oleh Reka Wijaya dan diproduksi oleh Sinemaku Pictures. Film ini berdurasi 102 menit dan mengangkat tema kesehatan mental melalui kisah karakter utama, Tari (diperankan oleh Prilly Latuconsina). Tari adalah seorang perempuan yang tergabung dalam kelompok diskusi bersama individu-individu yang mengalami tekanan mental. Film ini menunjukkan bagaimana setiap anggota kelompok berbagi pengalaman dan saling mendukung dalam menghadapi permasalahan mereka masing-masing. Tari mengalami tekanan psikologis akibat kondisi keluarga yang tidak harmonis. Ayahnya, Pras (Surya Saputra), sering kali bersikap kasar terhadap ibunya, Devi (Dominique Sanda), sehingga menyebabkan ketidaknyamanan bagi Tari. Sang kakak bahkan memilih untuk meninggalkan rumah karena tidak tahan dengan keadaan tersebut. Dalam kelompok diskusi tersebut, Tari bertemu dengan Baskara (Pradikta Wicaksono), seorang pria dengan masalah temperamental. Bersama-sama, mereka berusaha mengatasi masalah emosional mereka dan menemukan ketenangan melalui dukungan satu sama lain.

Representasi yang di hadirkan dalam film tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ekspresi artistik, tetapi juga sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental. Salah satu film yang menyoroti isu ini adalah film yang berjudul *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis*, yang menghadirkan berbagai simbol dan tanda yang berkaitan dengan kesehatan mental. Untuk memahami bagaimana representasi tersebut dibangun, pendekatan semiotika Roland Barthes menjadi metode yang tepat dalam menelaah makna yang tersembunyi di balik elemen-elemen yang disajikan dalam film. Dalam konteks film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis*, penting untuk menganalisis bagaimana karakter, sinematografi, dialog, dan elemen visual lainnya berkontribusi dalam membentuk representasi kesehatan mental. Menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap makna-makna tersembunyi di balik representasi tersebut dan bagaimana film ini dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran serta empati terhadap isu kesehatan mental.

Pendekatan semiotika Roland Barthes memberikan kerangka analisis yang komprehensif dalam mengkaji representasi kesehatan mental dalam film. Dalam analisisnya, Barthes membagi tanda menjadi dua level makna, yaitu denotasi dan konotasi. Denotasi merujuk pada makna literal tanda, sementara konotasi berkaitan dengan makna yang lebih dalam yang dipengaruhi oleh budaya dan ideologi tertentu (Dasmarlitha & Tayo, 2023). Melalui pendekatan ini, kita dapat memahami bagaimana simbol dalam film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* membangun narasi tentang kesehatan mental dan bagaimana audiens menafsirkannya. Semiotika sebagai ilmu yang mempelajari tanda dan makna dalam komunikasi, memberikan kerangka teoritis untuk memahami bagaimana representasi bekerja dalam media. Roland Barthes sebagai tokoh penting dalam teori semiotika mengemukakan bahwa makna tanda terbagi dalam dua tingkatan, yaitu denotasi dan konotasi. Makna denotatif mengacu pada makna literal yang bersifat universal dan objektif, sementara makna

konotatif berkaitan dengan interpretasi yang dibentuk oleh konteks sosial, budaya, dan pengalaman kolektif masyarakat.

Pemahaman terhadap makna denotatif menjadi penting karena menjadi dasar sebelum munculnya interpretasi konotatif. Misalnya, gambar apel secara denotatif hanya berarti buah apel, tetapi secara konotatif dapat diasosiasikan dengan pengetahuan, dosa, atau kesehatan tergantung pada konteks. Dalam film, elemen visual seperti adegan seseorang memegang buku bisa bermakna literal sebagai tindakan membaca, tetapi dalam konteks naratif tertentu bisa memiliki makna simbolik seperti pencarian jati diri atau proses belajar. Oleh karena itu, batas antara denotasi dan konotasi sering kali bersifat cair dan berubah sesuai perkembangan sosial dan budaya. Yang menjadi fokus pertama dari penelitian ini adalah memahami bagaimana film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* menggambarkan isu kesehatan mental melalui visual, dialog, dan narasi yang ditampilkan. Dalam konteks ini, pendekatan semiotika Roland Barthes digunakan untuk menguraikan bagaimana tanda-tanda dalam film menyampaikan pesan tentang kesehatan mental. Representasi yang muncul dapat mencerminkan realitas sosial atau justru membentuk persepsi tertentu di kalangan penonton. Melalui analisis ini, penelitian akan mengidentifikasi apakah film ini memberikan gambaran yang realistis dan akurat mengenai kesehatan mental atau justru memperkuat stereotip yang ada.

Kesehatan mental semakin menjadi perhatian dalam berbagai platform media, termasuk film. Film dapat mempengaruhi pandangan masyarakat terhadap gangguan mental dan berperan dalam membentuk stigma yang melekat pada individu dengan kondisi tersebut. Oleh sebab itu, penting untuk mengkaji bagaimana film merepresentasikan kesehatan mental guna menentukan apakah penggambarannya sesuai dengan kenyataan dan tidak memperkuat stereotip negatif. Lebih lanjut, isu kesehatan mental yang menjadi fokus utama dalam film ini, dipahami sebagai kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang memungkinkan individu untuk berpikir jernih, mengelola emosi, menjalani relasi sosial secara sehat, serta berfungsi secara produktif dalam kehidupan. WHO (2023) mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan di mana individu mampu menyadari potensi dirinya, menghadapi tekanan hidup, bekerja secara efektif, dan berkontribusi bagi masyarakat. Pandangan ini diperkuat oleh definisi Kementerian Kesehatan RI (2022) yang menekankan pada perkembangan emosional, sosial, dan intelektual sebagai indikator kesehatan mental yang baik.

Kesehatan mental dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan, meliputi faktor biologis seperti genetika, neurokimia, dan kondisi medis; faktor psikologis seperti pola pikir, pengalaman trauma, dan mekanisme coping; faktor sosial seperti dukungan interpersonal dan dinamika lingkungan kerja; serta faktor lingkungan fisik maupun digital, termasuk pengaruh media sosial. Keseluruhan faktor ini menentukan kerentanan atau ketahanan individu terhadap gangguan mental. Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, kajian ini secara khusus menganalisis film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* dengan pendekatan semiotika Barthes untuk mengungkap bagaimana makna denotatif dan konotatif dari elemen-elemen sinematik dalam film tersebut mencerminkan representasi kesehatan mental. Penelitian ini tidak hanya membahas tanda-tanda visual dan verbal secara tekstual, tetapi juga menelaah

kontribusi representasi tersebut dalam membentuk narasi sosial yang berperan penting dalam meningkatkan kesadaran publik serta mendorong empati terhadap isu kesehatan mental di Indonesia.

Metode Penelitian

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk memahami fenomena yang diteliti secara mendalam berdasarkan perspektif subjek penelitian. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi makna, pengalaman, dan interaksi sosial yang terjadi dalam konteks tertentu (Mappasere & Suyuti, 2019). Penelitian ini tidak berfokus pada pengukuran numerik, melainkan pada interpretasi dan analisis data yang bersifat deskriptif. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan berbagai metode untuk memastikan keakuratan dan kelengkapan data yang diperoleh. Penelitian ini menggunakan teknik observasi untuk memperoleh data langsung mengenai perilaku, interaksi sosial, serta situasi yang terjadi di lapangan. Teknik ini penting karena memungkinkan peneliti untuk mengamati fenomena yang tidak dapat diungkapkan secara verbal (Rijali, 2019). Observasi dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu observasi partisipatif dan observasi non-partisipatif. Dokumentasi digunakan sebagai sumber data tambahan untuk melengkapi informasi yang diperoleh melalui observasi. Data dokumentasi dalam penelitian ini mencakup berbagai bentuk sumber tertulis maupun visual yang relevan dengan fenomena yang dikaji. Dokumentasi dapat berupa catatan lapangan, laporan resmi, foto dan rekaman audio/video, serta literatur akademik seperti jurnal ilmiah, buku, atau dokumen lain yang mendukung analisis penelitian (Adlini et al, 2022).

Pembahasan

Penelitian ini menganalisis representasi kesehatan mental dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis* menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes. Film ini merupakan karya sineas Indonesia yang dirilis pada tahun 2024 dan disutradarai oleh Reka Wijaya, diproduksi oleh Sinemaku Pictures. Mengusung genre drama, film ini menyoroti isu kesehatan mental melalui tokoh utama bernama Tari (diperankan oleh Prilly Latuconsina), seorang perempuan muda yang mengalami tekanan psikologis akibat konflik dalam keluarganya. Tari tergabung dalam kelompok diskusi yang berisi individu dengan permasalahan emosional serupa, dan di sinilah ia mulai menjalani proses pemulihan psikologis bersama dengan tokoh Baskara (Pradikta Wicaksono).



Poster Film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*

Representasi kesehatan mental dalam film ini dibangun secara simbolik melalui berbagai elemen sinematik seperti ekspresi wajah, gestur tubuh, tata cahaya, serta dialog yang sarat muatan emosional. Salah satu contoh signifikan terlihat ketika Tari duduk sendiri di kamar gelap. Secara denotatif, adegan ini menampilkan seseorang yang sedang termenung seorang diri. Namun secara konotatif, ruangan gelap itu merepresentasikan perasaan kesepian, kekosongan batin, dan tekanan mental yang tidak terungkap secara verbal. Cahaya samar dari jendela menjadi simbol harapan yang masih ada meskipun lemah. Pendekatan semiotika Roland Barthes digunakan dalam penelitian ini untuk mengurai makna dari tanda-tanda yang muncul dalam film. Barthes membagi makna menjadi dua tingkat: denotasi, yaitu makna literal yang tampak langsung, dan konotasi, yaitu makna yang dibentuk oleh konstruksi budaya, ideologi, dan pengalaman sosial (Barthes, 1972). Dalam konteks ini, film tidak hanya menampilkan gambaran visual tentang seseorang yang mengalami gangguan mental, tetapi juga menyampaikan pesan-pesan mendalam tentang trauma, pencarian identitas, dan pentingnya dukungan sosial.

Simbol-simbol seperti cermin, cahaya matahari yang temaram, hingga sesi kelompok diskusi disusun secara naratif untuk menunjukkan dinamika proses penyembuhan. Cermin, misalnya, menggambarkan proses refleksi diri yang menyakitkan, sementara suasana diskusi kelompok dilambangkan dengan formasi lingkaran yang konotatif terhadap kesetaraan dan keamanan emosional. Hal ini mengindikasikan bahwa penyembuhan psikologis bersifat kolektif dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan yang suportif. Dalam adegan lain, Tari menyatakan "Aku lelah pura-pura kuat", yang secara konotatif merupakan bentuk perlawanan terhadap mitos sosial bahwa kekuatan berarti menahan perasaan. Pernyataan ini menjadi simbol keberanian untuk jujur terhadap kondisi diri sendiri. Barthes menyatakan bahwa mitos bekerja dengan menyamarkan ideologi sebagai sesuatu yang wajar (Barthes, 1972). Dalam hal ini, film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* membongkar mitos bahwa gangguan mental hanya dialami oleh orang lemah, dan sebaliknya memperlihatkan bahwa siapa pun bisa mengalaminya, termasuk mereka yang tampak "baik-baik saja".

Film ini tidak hanya informatif, tetapi juga edukatif dan persuasif dalam mengubah persepsi masyarakat terhadap isu kesehatan mental. Melalui narasi yang humanis dan penggunaan tanda visual yang kuat, film ini berhasil menyampaikan pesan bahwa kesehatan mental adalah bagian dari realitas sosial yang harus dipahami dan diterima. Penonton diajak untuk membuka diri terhadap dialog mengenai kesehatan mental dan turut serta dalam menciptakan ruang sosial yang lebih empatik. Sebagai media populer, film memiliki kekuatan untuk membentuk persepsi dan membongkar stigma. Kajian oleh Gaiha et al. (2021) menegaskan bahwa intervensi seni, termasuk film, efektif dalam mengurangi stigma kesehatan mental, khususnya di kalangan generasi muda. Selain itu, menurut Goodwin et al. (2024), pendekatan film berbasis edukasi terbukti meningkatkan literasi kesehatan mental dan menumbuhkan empati sosial.

Analisis Semiotika Roland Barthes

Analisis ini menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes untuk mengkaji makna yang tersembunyi di balik tanda-tanda yang muncul dalam teks atau

visual. Barthes membagi makna menjadi tiga tingkat, yaitu denotasi (makna literal), konotasi (makna kultural atau emosional), dan mitos (makna ideologis yang dianggap alami oleh masyarakat).



Gambar 1. Tari duduk sendiri di kamar gelap
Sumber : Tangkapan Layar Peneliti

Denotatif: Tari tampak duduk diam di kamar dengan pencahayaan redup dan suasana yang sangat hening hening. Konotatif: Adegan ini menjadi simbol isolasi batin dan depresi yang tidak diungkapkan secara verbal. Cahaya remang mengisyaratkan absennya harapan dan kebahagiaan. Dalam kacamata Barthes, ruang gelap menjadi tanda dari ketidakhadiran makna dan pencerahan, merepresentasikan kekosongan psikologis. Mitos: Adegan Tari yang duduk dalam keheningan dan pencahayaan remang membangun mitos tentang kesunyian sebagai ruang penderitaan perempuan. Dalam banyak budaya, khususnya di masyarakat patriarkal, perempuan sering kali diasosiasikan dengan kesabaran, pengorbanan, dan kemampuan memendam perasaan. Ruang gelap yang membungkus tubuh Tari bukan hanya sekadar latar, tetapi menjadi konstruksi budaya yang membisukan suara-suara perempuan yang terluka. Mitos yang dibangun adalah bahwa kesedihan perempuan harus disembunyikan dan dijalani dalam diam, seolah penderitaan batin adalah bagian dari kodratnya.



Gambar 2. Tari menangis dalam diam setelah bertengkar dengan ayah
Sumber: Tangkapan Layar Peneliti

Denotatif: Setelah konflik verbal yang keras dengan sang ayah, Tari menangis sendiri di sudut rumah. Konotatif: Tangisan sunyi menggambarkan trauma emosional yang mendalam. Adegan ini mencerminkan bagaimana kekerasan verbal dalam keluarga menciptakan luka batin yang tak terlihat namun sangat membekas. Tanda-tanda ini membangun narasi penderitaan yang tidak memiliki ruang untuk disuarakan. Mitos: Adegan Tari menangis diam-diam di sudut rumah setelah konflik dengan ayahnya membentuk mitos tentang keluarga sebagai ruang kekuasaan yang menindas. Dalam kerangka budaya patriarkal, figur ayah sering dimitoskan sebagai pemegang otoritas mutlak di dalam rumah tangga. Konflik verbal dalam keluarga, terutama yang

melibatkan anak perempuan, kerap direduksi sebagai bentuk "didikan" atau "kewajaran dalam rumah tangga", sehingga penderitaan psikologis yang dihasilkan darinya terabaikan atau bahkan dianggap tidak sah.



Gambar 3. Tari berkata "Aku lelah pura-pura kuat"
Sumber: Tangkapan Layar Peneliti

Denotatif: Tari mengucapkan kalimat tersebut saat berbicara dengan ibu nya. Konotatif: Kalimat tersebut menggambarkan bentuk kejujuran emosional yang langka. Dalam konteks Barthes, ini adalah pembongkaran mitos bahwa menjadi kuat berarti tidak menunjukkan kesedihan. Tari mematahkan konstruksi sosial tentang kekuatan emosional dan memperlihatkan bahwa kerentanan juga adalah kekuatan. Mitos: Ucapan jujur Tari di hadapan ibu nya sebuah pengakuan bahwa ia ingin menangis membentuk mitos baru yang menantang konstruksi kekuatan emosional konvensional. Dalam masyarakat yang memuja ketegaran dan menyamakan kekuatan dengan ketahanan diam, ekspresi kerentanan sering kali dianggap sebagai kelemahan. Terutama bagi perempuan.



Gambar 4. Ayah Tari memukul dinding
Sumber: Tangkapan Layar Peneliti

Denotatif: Ayah tari memukul dinding karena emosi yang meluap saat sesi berlangsung. Konotatif: Tindakan agresif ini adalah simbol ledakan emosi yang telah lama ditekan. Dalam semiotika Barthes, ini menunjukkan bentuk ekspresi yang muncul akibat sistem sosial yang tidak menyediakan ruang aman untuk emosi pria. Adegan ini menyoroti pentingnya ruang validasi bagi ekspresi emosional. Mitos: Dalam budaya patriarkal, laki-laki sejak dini dibentuk dengan mitos bahwa mereka harus menjadi tiang keluarga, rasional, dan tidak boleh menunjukkan kelemahan emosional. Ketika emosi yang ditekan itu mencapai titik didih, ekspresi yang muncul bukan dialog atau air mata, melainkan kekerasan simbolik seperti memukul dinding.

Tindakan ini bukan sekadar ledakan emosi, tapi refleksi dari kegagalan sistem sosial dalam menyediakan ruang aman bagi laki-laki untuk merasa dan mengakui rasa sakitnya.



Gambar 5. Kilas balik Tari melihat ibunya dipukul
Sumber: Tangkapan Layar Peneliti

Denotatif: Tari kecil menyaksikan ibunya menjadi korban kekerasan domestik. Konotatif: Kekerasan yang dilihat pada usia dini menjadi sumber luka psikologis jangka panjang. Barthes akan melihat ini sebagai tanda dari reproduksi mitos patriarki dan trauma antar generasi. Visual ini tidak hanya menunjukkan kekerasan, tetapi bagaimana kekerasan tersebut diwariskan melalui pengalaman yang ditanamkan sejak kecil. Mitos: Adegan ketika Tari kecil menyaksikan ibunya menjadi korban kekerasan domestik membentuk mitos tentang kekerasan sebagai warisan budaya yang dilembagakan dalam keluarga patriarkal. Dalam banyak masyarakat, rumah dipandang sebagai tempat perlindungan, sementara peran ayah sebagai kepala keluarga sering dimitoskan sebagai figur otoritas yang tak terbantahkan. Kekerasan yang terjadi dalam rumah, terutama terhadap perempuan, sering disembunyikan atau dinormalisasi dengan dalih “urusan keluarga”.



Gambar 6. Tari memandangi cermin dan menangis
Sumber : Tangkapan Layar Peneliti

Makna Denotatif: Tari melihat dirinya sendiri di cermin, lalu menangis. Makna Konotatif: Cermin menjadi simbol refleksi dan konfrontasi diri. Tangisan ini bukan hanya karena sedih, melainkan karena melihat citra diri yang terluka. Ini adalah bentuk kritik terhadap konstruksi identitas yang dibentuk oleh pengalaman traumatis Mitos: Adegan ketika Tari menatap dirinya sendiri di cermin dan menangis membentuk mitos tentang identitas sebagai konstruksi yang terluka oleh trauma dan tuntutan sosial. Cermin, dalam budaya visual, sering dimitoskan sebagai alat kejujuran dan pencarian jati diri. Namun, ketika Tari melihat dirinya sendiri, yang ia temukan

bukan refleksi utuh, melainkan pecahan luka masa lalu yang membentuk siapa dirinya hari ini.



Gambar 8 dan 9. Tari diam saat yang lain tertawa
Sumber: Tangkapan Layar Peneliti

Makna Denotatif: Dalam suasana santai, Tari tampak tidak ikut tertawa dan hanya diam. **Makna Konotatif:** Ketidakmampuan untuk merasakan kebahagiaan meski dalam lingkungan suportif menjadi tanda dari luka batin yang belum pulih. Ini merepresentasikan kondisi psikologis di mana seseorang merasa tidak terhubung dengan realitas sosial di sekitarnya. **Mitos:** Dalam adegan di mana Tari diam di tengah suasana santai yang penuh tawa, terbentuk mitos tentang keterasingan emosional sebagai bentuk luka yang tidak terlihat namun mendalam.



Gambar 10. Tari bercerita di kelompok diskusi sambil berlinang air mata
Sumber : Tangkapan Layar Peneliti

Makna Dnotatif: Tari mengungkapkan pengalaman masa lalunya dengan nada emosional dan penuh air mata. **Makna Konotatif:** Ini adalah momen katarsis di mana tanda-tanda verbal dan non-verbal membentuk makna pelepasan dan keberanian untuk menghadapi luka. Dalam kerangka Barthes, ini merupakan pembalikan makna dari mitos ketabahan menjadi simbol keberdayaan melalui keterbukaan. **Mitos:** Adegan ketika Tari mengungkapkan masa lalunya dengan nada emosional dan penuh air mata menciptakan mitos tentang keterbukaan sebagai bentuk kekuatan baru. Dalam banyak budaya, ketabahan diposisikan sebagai sikap ideal: menahan diri, tidak menangis, dan tidak membicarakan masa lalu yang menyakitkan dianggap sebagai lambang

kedewasaan dan kekuatan. Mitos ini mengakar kuat, terutama dalam konteks perempuan yang sering dituntut untuk "kuat" dalam diam.

Simpulan

Penelitian ini mengkaji representasi kesehatan mental dalam film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* melalui pendekatan semiotika Roland Barthes. Hasil analisis menunjukkan bahwa film secara konsisten membentuk makna pada tiga tingkat: denotatif, konotatif, dan mitos. Pada tingkat denotatif, visualisasi tokoh dan situasi ditampilkan secara eksplisit melalui adegan kesedihan, konflik keluarga, dan dinamika kelompok diskusi. Pada tingkat konotatif, film merepresentasikan isolasi batin, trauma masa kecil, serta krisis identitas melalui simbol seperti ruang gelap, cermin, dan keheningan. Pada tingkat mitos, film ini membongkar ideologi sosial yang mengakar, seperti anggapan bahwa kekuatan berarti menahan emosi, keluarga sebagai ruang aman, dan perempuan harus kuat dalam diam. Narasi-narasi tersebut dikritisi melalui simbol-simbol visual yang justru menyuarakan kebutuhan akan ruang aman, validasi emosional, dan keberanian untuk mengekspresikan luka batin. Secara keseluruhan, film ini berhasil membentuk wacana tandingan terhadap stigma kesehatan mental di masyarakat. Melalui elemen sinematik dan simbolik yang kuat, film tidak hanya menyampaikan pesan emosional, tetapi juga menjadi alat edukatif dan advokatif untuk meningkatkan kesadaran serta empati publik terhadap isu kesehatan mental. Temuan ini menunjukkan bahwa media visual, khususnya film, dapat menjadi ruang representasi yang kritis dan transformatif terhadap isu-isu sosial yang kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. 2022. Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1). <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Agisa, M. A., Lubis, F. O., & Poerana, A. F. 2021. Analisis semiotika Roland Barthes mengenai pseudobulbar affect dalam film Joker. *ProTVF*, 5(1). <https://doi.org/10.24198/ptvf.v5i1.29064>
- Angelyn, F., & Winduwati, S. 2023. Analisis Semiotika Gejala Post Traumatic Stress Disorder dalam Serial Stranger Things Season 4. *Koneksi*, 7(1). <https://doi.org/10.24912/kn.v7i1.21275>
- Assyakurrohim, D., Ikham, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. 2022. Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01). <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Bilge, A., & Palabiyik, O. 2017. The Effect of Short Films About Mental Health and Disorders on Preventing Stigmatization in Nursing Education. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(1). <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.09.006>
- Dasmarlitha, L., & Tayo, Y. 2023. Representasi Budaya Patriarki Dalam Film Yuni (Analisis Semiotika Roland Barthes) Representation Of Patriarchal Culture In Yuni ' S Film (Roland Barthes Semiotics Analysis). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, VI(I).
- Dougall, R., Milne, R., Inglis, G., Onslow, H., Hesnan, J., & Knifton, L. 2012. Critical distance: How a mental health arts and film festival makes audiences think. *Arts and Health*, 4(2). <https://doi.org/10.1080/17533015.2012.663766>
- Gaiha, S. M., Salisbury, T. T., Usmani, S., Koschorke, M., Raman, U., & Petticrew, M. 2021. Effectiveness of arts interventions to reduce mental-health-related stigma among youth: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03350-8>
- Goodwin, J., Behan, L., Saab, M. M., O'Brien, N., O'Donovan, A., Hawkins, A., Philpott, L. F., Connolly, A., Goulding, R., Clark, F., O'Reilly, D., & Naughton, C. 2024. A film-based intervention (Intinn) to enhance adolescent mental health literacy and well-being: multi-methods evaluation study. *Mental Health Review Journal*, 29(1). <https://doi.org/10.1108/MHRJ-05-2023-0027>
- Goodwin, J., Saab, M. M., Dillon, C. B., Kilty, C., McCarthy, A., O'Brien, M., & Philpott, L. F. 2021. The use of film-based interventions in adolescent mental health education: A systematic review. In *Journal of Psychiatric Research* (Vol. 137). <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.02.055>
- Gumelar, L. A. M., & Hermawati, Y. 2021. Representasi Re-Experiencing, Avoidance, dan Hyperarousal of Mental Health dalam Novel Lanang. *Nuances of Indonesian Language*, 1(2). <https://doi.org/10.51817/nila.v1i2.57>
- Manurung, A. S., & Pohan, S. 2024. Pengaruh Kualitas Pelayanan Publik Dan Citra Institusi Terhadap Kepuasan Mahasiswa Ilmu Komunikasi Uin Sumatera Utara Yang Berdampak Pada Word of Mouth. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 7(1), 129-146.

- Manurung, A. S., & Manurung, P. 2024. Tourism Communication Strategy in Developing Halal Tourism in The Lake Toba Tourism Area of North Sumatra. *Jurnal Nomosleca*, 10(1), 128-142.
- Manurung, P., & Syahril, A. 2023. Strategi komunikasi efektif dalam pembelajaran pendidikan agama Islam Pesantren Darul Arafah. *Komunika*, 19(02), 42-47.
- Syahril, A., Kurniawati, D., & Adinata, M. 2023. Pengaruh Iklan Lazada Terhadap Minat Beli Barang Secara Online Di Kalangan Mahasiswa. *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains*, 3(1).