

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia. Kesehatan mental telah menjadi fokus perhatian manusia sejak zaman yang sangat lama. Jauh sebelum para akademisi berupaya untuk menyelidiki dan mengatasi masalah-masalah kesehatan mental, masyarakat awam telah aktif melakukan upaya penanganan sesuai dengan kapasitas dan pemahaman yang mereka miliki (Ningsih, 2018 :8).

Gangguan mental merupakan bentuk gangguan pada ketenangan perasaan seseorang dan harmoni dari struktur kepribadiannya, di mana gangguan ini akan mengakibatkan seseorang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, dalam menghadapi orang lain dan dalam menghadapi peristiwa yang memerlukan pengambilan keputusan serta tidak berdaya dalam mewujudkan, mengembangkan dan mengamalkan ide-ide, gagasan dan pikiran demi terwujudnya kebahagiaan dan peningkatan kualitas hidup (Rofiqah, 2015:6). Penyakit mental memiliki jenis atau tipe berbeda yang juga akan berpengaruh terhadap tingkat parahnya penyakit. Beberapa tipe penyakit mental yang ada antara lain: *Depresi*, *Skizofrenia*, *Bipolar Mood Disorder*, *Personality Disorder*, dan *anxiety Disorder* (Choresyo, et al, 2015 : 382).

Freeston mengatakan *anxiety* adalah keadaan pikiran yang terus-menerus khawatir dengan apa yang akan terjadi kemudian sehingga memengaruhi kehidupan sehari-hari (Onie, 2021 : 13). Nevid, Rathus &

Greene mengemukakan bahwa *anxiety* merupakan keadaan khawatir pada seseorang yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Astuti, 2016 :196). Menurut WHO ada beberapa macam gangguan kecemasan, antara lain, *generalized anxiety disorder*, *panic disorder*, *agoraphobia*, *separation anxiety disorder*, *specific phobias* , *selective mutism*, dan *social anxiety disorder*. Menurut National Institute of Mental Health (NIMH), *social anxiety disorder* (gangguan kecemasan sosial) adalah jenis gangguan kecemasan yang ditandai dengan ketakutan yang intens, atau kecemasan terhadap situasi sosial ataupun tampil di depan publik. Merasa khawatir perilaku yang terkait dengan kecemasan tersebut akan dinilai, dikritik, atau dievaluasi secara negatif oleh orang lain yang membuatnya merasa malu. Kekhawatiran yang berlebihan ini seringkali menyebabkan pasien dengan kecemasan sosial menghindari situasi sosial dan melakukan antisipasi selama berminggu-minggu sebelum menghadapi situasi tersebut (Habsara, et al, 2021 : 247). Gangguan kecemasan sosial dapat terwujud dalam berbagai situasi, seperti di tempat kerja, lingkungan sekolah, atau aktivitas sehari-hari (Habsara, et al, 2021 :247)

Gejala *social anxiety disorder* masih kurang disadari karena dianggap normal atau wajar, serta dianggap hanya bersikap pemalu (Selvia, 2020 : 50). Sebagian masyarakat juga merasa tidak perlu berkonsultasi dengan psikolog apabila memiliki gejala seperti itu, hal ini merupakan salah satu hambatan bagi penderita untuk mencari pertolongan (Selvia, 2020 : 50). Berdasarkan hasil wawancara saya di kota payakumbuh dengan Bapak halfizh, S.Psi, M.Psi, Psikolog, pada dasarnya semua orang bisa mengalami social anxiety disorder

tetapi biasanya kebanyakan terjadi pada anak-anak. Penyintas *social anxiety disorder* biasanya mengalami gejala-gejala seperti wajah yang memerah, berkeringat, badan gemetar, detak jantung yang meningkat atau tidak teratur, merasa mual, pikiran kosong, komunikasi yang terbata-bata, postur tubuh yang kaku, serta perasaan rendah diri dan tidak aman. Orang dengan gangguan ini sering menghindari kontak mata, menunjukkan perilaku dan ekspresi yang cemas dan canggung, serta tampak tidak kompeten meskipun sebenarnya memiliki kemampuan yang memadai.

Kurangnya informasi yang dapat mengedukasi lebih dalam mengenai *social anxiety disorder* membuat penderita tidak menyadari gejala perilaku yang terdapat pada dirinya (Selvia, 2020 : 50). Seperti pada salah satu wawancara saya dengan penyintas *social anxiety disorder* Latfio Winaswa, mengungkapkan bahwa ia pertama kali mengalami gejala kecemasan sekitar awal pandemi COVID-19. Tanpa sebab yang jelas, penyintas merasa takut karena kurangnya pengetahuan mengenai *social anxiety disorder*, ia tiba-tiba merasa cemas ketika berada di lingkungan sosial tanpa adanya pengetahuan mengenai kondisi tersebut. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya edukasi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang *social anxiety disorder* dan pentingnya perawatan yang tepat.

Seiring dengan perkembangan teknologi dan media, metode edukasi juga mengalami perkembangan. Salah satu metode yang efektif adalah melalui media edukasi dalam bentuk *motion graphic*. Menurut Yody *motion graphic* merupakan *graphic* yang menggunakan video atau animasi untuk menciptakan

ilusi dari gerak atau transformasi (Romadonah & Maharani, 2019 :118). Informasi mengenai *social anxiety disorder* dalam bentuk *motion graphic* yang tersebar di media sosial seringkali terasa sulit dipahami, dikarenakan banyak dari konten media tersebut cenderung memakai bahasa Inggris. Hal ini dapat mengurangi daya pemahaman bagi sebagian besar masyarakat yang tidak mahir dalam bahasa Inggris, karena mereka mungkin tidak dapat memahami isi dan pesan dari konten tersebut. Hal ini juga dapat mengurangi keterjangkauan dan relevansi konten tersebut bagi masyarakat.

Oleh karena itu penulis mengangkat perancangan ini dengan harapan dapat menginformasikan dan juga mengedukasi masyarakat yang terkena *social anxiety disorder* (gangguan kecemasan sosial).

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan terdapat masalah masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap terhadap *social anxiety disorder*.
2. Kurangnya informasi yang dapat mengedukasi lebih dalam mengenai *social anxiety disorder*.
3. Masih sedikit media *motion graphic* yang menjelaskan *social anxiety disorder* dalam bahasa indonesia.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka masalah dibatasi pada :

1. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap terhadap *social anxiety disorder* karena dianggap normal atau wajar, serta dianggap hanya bersikap pemalu.
2. Kurangnya informasi berupa *motion graphic* yang dapat mengedukasi lebih dalam mengenai *social anxiety disorder* membuat penderita tidak menyadari gejala perilaku yang terdapat pada dirinya.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang dikembangkan pada latar belakang masalah yang ditemukan dari penjelasan di atas, maka masalah yang terjadi adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana cara meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap *social anxiety disorder* melalui media *motion graphic*
2. Bagaimana merancang media edukasi berupa *motion graphic* yang informatif, mudah dipahami, dan efektif dalam menyampaikan informasi mengenai *Social Anxiety Disorder*?

E. Tujuan Perancangan

1. Menyampaikan informasi mengenai *social anxiety disorder*.
2. Merancang sebuah media mengenai edukasi *social anxiety disorder* yang mudah dipahami.
3. Menggunakan teknik *motion graphic* dalam menciptakan media edukasi *social anxiety disorder*.

F. Manfaat Perancangan

1. Bagi Perancang

Melalui perancangan ini, dapat menambah ilmu teknik *motion graphic*, dan membuat perancang lebih peduli dengan isu yang dibahas. Serta bisa mengaplikasikan ilmu yang berhubungan dengan desain komunikasi visual dalam perancangan karya selanjutnya.

2. Bagi Masyarakat

Dapat membantu masyarakat untuk mengerti topic, dan memberitahu bagaimana cara mengatasi *social anxiety disorder*.

3. Bagi Perguruan Tinggi.

Rancangan video *motion graphic social anxiety disorder* menjadi dokumen akademik, serta karya lainnya yang diciptakan bisa menjadi aset bagi universitas.