

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode terbentuknya *perkembangan* paling krusial bagi pertumbuhan setiap individu. Dimana saat ini, seorang remaja akan cukup sering menghadapi kekacauan emosional karena adanya kesenjangan antara kemampuan individu dan tuntutan lingkungan (Agolla dan Ongori, 2009). Selain menghadapi perubahan aktual, remaja juga akan mengalami fase perkembangan kognitif yaitu menyangkut kemampuan rasional, kemandirian emosional, pembentukan karakter, serta tentang pencarian jati diri. Bagaimana mereka melihat identitas diri mereka sangat penting untuk kepribadian mereka di masa yang akan datang. Hal ini bisa terjadi nya gangguan kesehatan mental atau *mental illness*. Gangguan kesehatan mental atau *mental illness* ini dampaknya sangat banyak khususnya depresi. Depresi ditandai oleh kondisi emosi sedih dan muram serta terkait dengan gejala-gejala kognitif, fisik, dan interpersonal pada remaja. Remaja seharusnya menyadari bahwa kesehatan mental itu sangat lah penting.

Menurut data riset yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2020 terdapat 3874 jiwa yang mengalami gangguan kesehatan mental, Pada tahun 2021 terdapat 3471 jiwa yang mengalami gangguan kesehatan mental. Pada tahun 2022 terdapat 3864 jiwa yang mengalami gangguan kesehatan mental. Hal ini dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan

gangguan kesehatan mental pada remaja yang di laporkan. Untuk itu, pencegahan diperlukan sedini mungkin dan secara teratur. Karena dengan penanganan stress secepatnya, risiko seperti gangguan mental dapat diminimalisir, dengan catatan ada kemauan pada diri sendiri. Penanganan gangguan kesehatan mental ini bisa diobati melalui *Self Healing*.

Self Healing adalah proses penyembuhan yang hanya melibatkan diri sendiri untuk bangkit dari penderitaan yang pernah dialami dan sendiri, menerima ketidak sempurnaan, dan membentuk pikiran positif dari apa yang telah terjadi dan yang sedang terjadi. *Self Healing* tidak hanya menyembuhkan pikiran dan jiwa namun juga tubuh kita, sangat banyak metode yang dapat dilakukan dengan *Self Healing*, seperti ; mendekatkan diri ke Maha Pencipta, pergi liburan, menulis, bersosialisasi, konsultasi dan berobat ke psikiater atau psikolog, bahkan membaca buku.

Melalui riset Kuesioner 35 % remaja yang mengalami lelah secara emosional bingung mengatasi mental mereka, sehingga mereka kehilangan arah, bahkan mereka juga bingung bagaimana cara mereka mengobati mental mereka. Kebanyakan buku yang menjadi sarana *Self Healing* sangat banyak, namun yang sering kita lihat hanya dalam bentuk tulisan tanpa ada hal yang menarik perhatian. Ditambah ketika seseorang mengalami *mental illness* atau gangguan kesehatan mental mereka bingung mengatasi mental mereka, sehingga mereka kehilangan arah, bahkan mereka juga bingung bagaimana cara mereka mengobati mental mereka, sehingga mereka susah untuk menemukan sarana self healing yang membahas permasalahan mereka, solusi dari permasalahan mereka, dan isi pemikiran mereka, dalam bentuk yang

tidak monoton dengan tulisan saja, sehingga mereka cenderung malas membaca buku sarana *self healing*.

Dengan permasalahan tersebut penulis membuat buku ilustrasi yang bertujuan sebagai salah satu media *Self Healing* atau penyembuhan luka batin, yang dimana buku ini berbeda dari buku biasanya, Dan dikarenakan masalah yang timbul pada saat ini masih jarang tersedia media buku ilustrasi *Self Healing*. Bahkan belum adanya buku ilustrasi sekaligus buku yang bisa berinteraksi dengan si pembaca, bahkan buku yang menyajikan beberapa ilustrasi *game simple* didalamnya sehingga penderita tidak merasa jenuh dengan buku ilustrasi ini.

Diharapkan dengan adanya buku ilustrasi ini menjadi salah satu sarana *Self Healing* pada Remaja untuk mengatasi gangguan kesehatan mental atau *mental illness* untuk pemahaman serta membangun manajemen gangguan kesehatan mental atau *mental illness* sehingga dapat merasa tenang, berpikir lebih terbuka, dan memulai mencintai diri sendiri.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas ditemukan beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Remaja yang mengalami lelah secara emosional bingung mengatasi mental mereka, sehingga mereka kehilangan arah, bahkan mereka juga bingung bagaimana cara mereka mengobati mental mereka.
2. Kebanyakan buku yang bertajuk *Self Healing* dalam bentuk *essay* atau kalimat saja sehingga orang yang mengalami gangguan kesehatan mental

atau luka batin, lebih memilih untuk tidak mencari tau tentang mental mereka, karena remaja yang mengalami mental illness akan merasa lebih cepat bosan, dan menolak untuk memahami bacaan tulisan saja.

3. Minimnya buku *Self Healing* yang berupa buku ilustrasi, yang isi bukunya berupa pemecahan, solusi dan interaksi dalam bentuk ilustrasi.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka penulis membatasi masalah yaitu:

1. Remaja yang mengalami lelah secara emosional bingung mengatasi mental mereka, sehingga mereka kehilangan arah, bahkan mereka juga bingung bagaimana cara mereka mengobati mental mereka. Mereka juga cenderung malas membaca, dikarenakan kebanyakan isi dari buku *Self Healing* seperti *essay* atau kalimat saja sehingga mereka memilih untuk tidak membacanya.
2. Minimnya buku *Self Healing* yang berupa buku ilustrasi, yang isi bukunya berupa pemecahan, solusi, interaksi, dan mengobati luka batin mereka dalam bentuk ilustrasi.

Rumusan Masalah

Dalam penulisan tugas karya akhir ini berdasarkan batasan masalah diatas, maka penulis membatasi permasalahan dalam rancangan, yaitu dengan membuat perancangan Buku Ilustrasi sebagai sarana *Self Healing* bagi remaja dimana isinya tidak berbentuk *essay* atau kalimat saja namun isi dari bukunya berupa pemahaman, solusi, kalimat penyemat dan pelampiasan masalah atau

mini game sehingga dapat membantu remaja yang mengalami *mental illness* dan sekaligus meningkatkan minat baca pada buku *Self Healing*.

D. Tujuan Perancangan

1. Tujuan umum

- a. Sebagai media informasi bagi remaja di kota Padang tentang metode penyembuhan luka batin atau gangguan kesehatan mental berupa *Self Healing*.
- b. Menjadi saran solusi sehingga membuka pola pikir, penyemangat, dan penenang orang-orang yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental.

2. Tujuan khusus

Menyajikan media yang sedikit berbeda dalam penyampaian sarana *Self Healing* yang tidak monoton yang menjadikan sarana saran dan membukakan pola pikir untuk orang-orang yang mengalami luka batin atau gangguan kesehatan mental.

3. Manfaat Perancangan

Manfaat dalam Perancangan Buku Ilustrasi Sebagai Sarana *Self Healing* Untuk Remaja ini terbagi menjadi 4 bagian yaitu :

a. Bagi Target Audience

Dengan media ini diharapkan dapat membantu target audience untuk lebih memperhatikan dan menyembuhkan luka batin (*mental Illness*) mereka, dengan adanya buku ini juga dapat menjadi sebuah wacana diri dan membantu membuka pola pikir audience sehingga menjadi lebih baik.

b. Bagi Masyarakat

Bisa membantu remaja dalam penanganan kesehatan mental mereka yang dimana menjadi bahan solusi penanganan kesehatan mental mereka dan sebagai media pencurahan isi hati sehingga saat mereka mengalaminya mereka dapat memanajemen mental mereka bahkan juga bisa mencari solusi apa yang sedang mereka rasakan.

c. Bagi Mahasiswa Desain Komunikasi Visual

1. Sebagai penerapan ilmu metodologi yang diperoleh dalam perkuliahan di Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang
2. Meningkatkan kreatifitas dan pengembangan ide dalam ruang lingkup komunikasi visual
3. Mengembangkan kemampuan dalam menulis dan penggambaran suasana dalam bentuk tulisan ke audio visual yang telah didapatkan selama perkuliahan.
4. Merancang media yang komunikatif dan kreatif dalam bentuk ilustrasi.

d. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

1. Hasil karya rancangan dapat menjadi dokumen akademik yang berguna untuk dijadikan acuan bagi civitas akademik
2. Bermanfaat bagi civitas akademika Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang dan seluruh perguruan tinggi lainnya.
3. Sebagai acuan atau referensi bagi mahasiswa dalam perancangan karya selanjutnya.

e. Bagi Dunia Ilustrasi dan Buku Bacaan Indonesia

1. Mengembangkan ide dan kreatifitas dalam merangkai sebuah kata yang mudah dipahami dan dapat menggambarkan visualisasi dari tampilan yang disampaikan.
2. Merancang sebuah seni ilustrasi dalam bentuk pesan, yang dimana adanya penampilan visual yang disampaikan.
3. Pengembangan dunia bacaan yang monoton sehingga menjadi salah satu sarana Self Healing yang baru dengan ilustrasi, bacaan dan interaktif.