

Animasi 2D Motion Graphic sebagai Media Edukasi tentang Dampak Kesepian di Era Digital terhadap Kesehatan Mental

Muh Nur Fauzan

Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Sahid Surakarta

e-mail: muhfauzannur77@gmail.com

Evelyne Henny Lukitasari

Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Sahid Surakarta

e-mail: evelynehenny@gmail.com

Ahmad Khoirul Anwar

Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Sahid Surakarta

e-mail: ahmadkhoirulanwar83@gmail.com

Abstrak

Kesehatan mental merupakan kondisi dimana kesejahteraan psikologis individu yang mempengaruhi cara berpikir, merasakan, bersikap, serta berinteraksi dengan lingkungan sosial, khususnya dalam konteks perkembangan teknologi digital. Topik kesepian di era digital pada remaja, sebagai dampak dari penggunaan media sosial dan platform digital yang mempengaruhi kondisi sosial dan emosional remaja. Media utama yang digunakan dalam perancangan ini adalah animasi 2D Motion Graphic sebagai media edukasi. Berdasarkan hasil pengamatan dan kajian literatur ditemukan antara tingginya penggunaan media digital oleh remaja dengan minimnya edukasi tentang kesepian di era digital yang makin memperparah kondisi. Informasi saat ini cenderung bersifat tektual dan informatif, sehingga kurang menarik dan sulit difahami oleh remaja. Meningkatnya kasus kesepian di kalangan remaja yang berpotensi pada kesehatan mental remaja, serta kesadaran masyarakat terhadap isu kesepian di era digital masih relatif rendah. Tujuan perancangan ini adalah merancang animasi 2D Motion Graphic yang menyampaikan pesan edukatif mengenai dampak negatif kesepian di era digital, dengan pendekatan visual yang relevan dengan kehidupan remaja. Perancangan ini menawarkan media Animasi 2D Motion Graphic yang menggunakan visual, warna, gerakan lebih dekat dengan kebiasaan konsumsi remaja serta mampu membangun empati secara visual dan emosional. Perancangan ini menggunakan metode *Design Thinking* yang meliputi tahap utama, yaitu *empathize*, *define*, *ideate*, dan *prototype*. Hasil dari perancangan ini berupa Animasi 2D motion Graphic yang mempresentasikan dampak kesepian di era digital terhadap kondisi emosional remaja. Perancangan ini diharapkan dapat menjadi media edukasi masyarakat terhadap isu kesepian di era digital

Kata kunci: Animasi 2D, Motion Graphic, Kesehatan Mental, Kesepian Digital, Remaja.

Abstract

Mental health is a state of individual psychological well-being that influences how they think, feel, behave, and interact with their social environment, particularly in the context of digital technology developments. Loneliness among adolescents in the digital age, driven by social media and other digital platforms, affects their social and emotional well-being. The primary medium for this design is 2D motion graphic animation as an educational tool. Based on observations and a literature review, it was found that the high use of digital media by adolescents and the lack of education about loneliness in the digital age exacerbate the situation. Information that tends to be textual and informative becomes less engaging and harder for adolescents to understand. The increasing incidence of loneliness among adolescents has the potential to impact adolescent mental health, and public awareness of the issue of loneliness in the digital age remains relatively low. The objective of this design is to create a 2D motion graphic animation that conveys an educational message about the negative impacts of loneliness in the digital age, using a visual approach relevant to adolescents' lives. This design offers 2D motion graphic animation media that uses visuals, colors, and movement that are more closely aligned with adolescent consumption habits and can build empathy visually and emotionally. This design utilizes the Design Thinking method, which encompasses the main stages of empathize, define, ideate, and prototype. The resulting design is a 2D motion graphic animation that presents the impact of loneliness in the digital age on the emotional well-being of adolescents. This design is expected to educate the public about loneliness

Keywords: 2D Animation, Motion Graphic, Mental Health, Digital Loneliness, Adolescents

PENDAHULUAN

Latar belakang

Masa remaja merupakan tahap krusial transisi dari anak ke dewasa, dengan perkembangan psikologis, sosial, dan emosional yang dinamis serta rentan terhadap pengaruh lingkungan permisif. Dinamika sosial kompleks dan kemajuan teknologi digital memengaruhi pola pikir serta perilaku mereka, meskipun media sosial memudahkan interaksi, justru sering menyebabkan kesepian dan keterasingan yang berdampak negatif pada kesehatan mental. Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan psikologis di mana individu mampu beradaptasi, mengelola stres wajar, bekerja produktif, dan berkontribusi aktif dalam komunitas sosialnya (WHO, Organization 2023). Menurut Pieper dan Uden (Alifiya, 2016), ini mencakup tidak merasa bersalah diri, estimasi realistis, menerima kekurangan, menghadapi masalah hidup, kepuasan sosial, serta kebahagiaan. WHO menekankan pentingnya setara dengan kesehatan fisik. Dasar dari sumber artikel jurnal yang berjudul Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Remaja di Indonesia Kesehatan mental Kesehatan mental remaja dipengaruhi dua faktor utama: internal (kondisi biologis dan psikologis dalam diri individu yang saling berinteraksi kompleks, menentukan kemampuan mengelola stres dan adaptasi) serta eksternal (lingkungan sosial, budaya, keluarga, ekonomi, fisik di luar individu). Dukungan sosial kuat dan lingkungan kondusif mendukung kesehatan mental baik, sementara tekanan sosial, stigma, dan lingkungan negatif memperburuknya.

Dasar dari sumber artikel jurnal yang berjudul Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Remaja di Indonesia (Greimel et al., 2023) Kesehatan mental terbagi menjadi 2 kelompok utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu, meliputi kondisi biologis dan psikologis yang saling berinteraksi secara kompleks. Kedua faktor ini sangat menentukan kemampuan seseorang dalam mengelola stres, beradaptasi, dan menjaga kesehatan mental secara

keseluruhan. Faktor eksternal mencakup pengaruh lingkungan sosial, budaya, keluarga, ekonomi, dan fisik di luar individu, yang secara signifikan memengaruhi kondisi kesehatan mental. (Greimel et al., 2023)

Berdasarkan hasil survei, Indonesia National Adolescent Mental Health Survey I-NAMHS (I-NAMHS.2024) menunjukkan prevalensi masalah kesehatan mental remaja Indonesia cukup tinggi: isolasi diri (70%), kesepian (68%), kesepian+depresi (64,8%), dan adiksi media sosial (61%). Meski kesepian substansial, penelitian tentang implikasi era digital terhadap kesehatan mental masih kurang mendalam, cenderung umum tanpa eksplorasi kausal kesepian digital-depresi, sehingga butuh pendekatan interdisipliner. Jurnal (Perspektif, 2024) menyatakan penggunaan media sosial berlebih di era 5.0 menurunkan interaksi sosial langsung, picu depresi dan stres. Pengguna menunda interaksi tatap muka, kualitas hubungan menurun, berujung kesepian, isolasi sosial, serta risiko kecemasan-depresi karena hubungan kurang bermakna. Jurnal Pengaruh Durasi Penggunaan Sosial Media Terhadap Kejadian Insomnia Mahasiswa (Irawati et al., 2023) pada 297 responden mahasiswa durasi singkat 64 responden (21,55%), durasi sedang 171 responden (57,58%). Fenomena cyberbullying (Haji, 2023) adalah agresi digital seperti penghinaan, ancaman, atau penyebaran info pribadi via media sosial. Korban remaja berisiko tinggi depresi, kecemasan, gangguan makan, dan penurunan prestasi akademik. (Haji, 2023)

Faktor lain yang turut memperparah kondisi kesehatan mental remaja adalah depresi. Depresi adalah gangguan suasana hati dengan gejala sedih mendalam, hilang minat aktivitas, serta gangguan konsentrasi berkepanjangan (Indonesia, 2023). Data Kemenkes RI (Indonesia, 2023) Depresi jadi penyebab utama disabilitas remaja, faktor risiko tertinggi bunuh diri (penyebab kematian ke-4 usia 15–24 tahun). Prevalensi 6,2% pada usia ini, lebih tinggi pada perempuan dan yang tidak sekolah/bekerja; butuh kesadaran serta intervensi dini (Indonesia, 2023).

Meskipun banyak dipublikasi di Indonesia membahas dampak depresi dan cyberbullying pada kesehatan mental remaja, informasi serta perancangan masih bersifat searah. Perancangan motion graphic pencegahan depresi sebagai kampanye sosial untuk usia 20-30 tahun, (Sari, 2024) respons terhadap prevalensi tinggi pada kelompok produktif, fokus media edukasi, penyebab, penegakan depresi melalui metode kualitatif (Sari, 2024). Berdasarkan sumber artikel jurnal Implementasi Teknik Motion Graphic dan VFX terhadap Video Edukasi Cyberbullying (Ade Bastian et al., 2022). Respons eskalasi kasus sering di internet atau media sosial tujuan meningkatkan literasi dampak negatif korban. Penelitian kuantitatif dengan menggunakan observasi, medsos, studi literatur. (Ade Bastian et al., 2022)

Mayoritas perancangan kesehatan mental fokus pada depresi dan cyberbullying, minim bahas kesepian digital yang diabaikan karena anggapan konektifitas digital tinggi bebas dari kesepian, padahal interaksi daring dangkal tak beri keintiman emosional. Berdasarkan sumber dari jurnal Dampak Teknologi terhadap Hubungan Manusia, Jurnal Dinamika Sosial dan Sains, 2025 (Program et al., n.d.) mendefinisikan kesepian sebagai perasaan terasingkan kurang hubungan bermakna meski tak sendiri secara fisik. Individu cari validasi medsos, tapi interaksi digital gagal gantikan kedekatan tatap muka. Tingkat kesepian Gen Z meningkat pesat dibanding generasi tua.

Berdasarkan sumber dari artikel jurnal tentang Kesepian Remaja (ENLIGHTEN, 2023). Kesepian remaja kategori cukup tinggi 43%, rendah 38,7%, sangat tinggi 6,7%. Remaja butuh perhatian lingkungan untuk cegah kesepian. Dampak kesepian pada fisik dan mental dapat turunkan kualitas tidur menjadi stres, kecemasan, isolasi, picu insomnia kronis, turunkan produktivitas. Berdasarkan jurnal kesehatan STIKes Pemkab (Jombang, 2023) hubungan signifikan kesepian dan kualitas tidur

pada lansia kesepian emosional dapat meningkatkan stres sosial, sulit tidur, gangguan semua usia termasuk dewasa muda. Dampak kesepian kronis dapat melemahkan daya tahan tubuh, gangguan pola tidur, turunkan sistem imun sehingga rentan infeksi jantung, stroke percepat penuaan, dan kecemasan kronis.

Solusi media edukasi Animasi 2D Motion Graphic efektif untuk menjelaskan dampak kesepian era digital pada kesehatan mental remaja. Visual inovasi tingkatkan pemahaman isu kesepian, penggunaan teknologi berlebih secara menarik dan mudah dipahami. Media visual motion graphic efektif gambarkan dampak berlebihan menggunakan teknologi digital seperti medsos, yang picu kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Isu remaja indonesia depresi, kecemasan, dan kesepian digital yang over medsos butuh edukasi dengan media animasi 2D motion graphic untuk audiens remaja. Keunggulan menggunakan media Motion Graphic menggabungkan Visual dan audio dinamis, menyajikan info edukasi yang menarik dan mudah difahami untuk edukasi dan diskusi remaja, keluarga, teman, dan pendidikan. Untuk kurangi stigma kesehatan mental. Salah satu penelitian jurnal yang efektif menggunakan media motion graphic sanjaya jurnal visualita UNIKOM dengan judul Motion graphic dukung game edukasi Clash of Champions (Sanjaya, 2024)episode 1 di youtube pada 30 juli 2024 capai 9,4 juta views berkat penggunaan media motion graphic.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep perancangan sebagai media edukasi animasi 2D motion graphic tentang kesepian di era digital yang mempengaruhi mental?
2. Bagaimana perancangan animasi 2D motion graphic tentang kesepian di era digital yang mempengaruhi mental yang menarik bagi remaja?

Tujuan

1. Membuat konsep perancangan sebagai media edukasi animasi 2d motion graphic tentang kesepian di era digital yang mempengaruhi mental.
2. Merancang animasi 2D motion graphic tentang kesepian di era digital yang mempengaruhi mental yang menarik bagi remaja.

Manfaat

1. Bagi penulis

Sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengamalkan ilmu-ilmu yang telah di pelajari semasa kuliah. Menambah pengalaman dalam peancangan video animasi *motion graphic*. Serata sebagai syarat dalam memenuhi persyaratan kelulusan sastra satu (S1) Jurusan Desain Komunikasi Visual di Universitas Sahid Surakarta.

2. Bagi akademik

Dapat dijadikan referensi, acuan, evaluasi bagi mahasiswa lain yang mempelajari tentang motion graphic.

3. Bagi masyarakat

Motion Graphic ini dapat dijadikan media edukasi dan media informasi untuk mengkampanyekan di kalangan pelajar tentang kesepian di era digital yang mempengaruhi mental yang menarik bagi remaja.

PEMBAHASAN

1. Tinjauan Pustaka

Tinjauan Pustaka yang digunakan pada bab ini untuk menguatkan judul dan tema Animasi 2D Motion Graphic sebagai media edukasi tentang dampak kesepian di era digital terhadap kesehatan mental:

Artikel jurnal yang berjudul Perancangan motion graphic mengenai self diagnose Kesehatan mental oleh komunitas petualangan menuju sesuatu untuk remaja di kota Badung (Rizkiani dkk. 2022). Banyak remaja, terpapar informasi tentang gangguan mental, mulai mengidentifikasi diri dengan gejala-gejala tertentu tanpa berkonsultasi dengan profesional. Padahal mendiagnosis gangguan mental adalah proses kompleks yang membutuhkan evaluasi menyeluruh. Self-diagnosis, yang hanya berdasarkan informasi yang tersedia tanpa konfirmasi ahli seperti psikolog atau psikiater, berpotensi memberikan label yang salah dan memperburuk kondisi seseorang. Untuk mengatasi hal ini, dirancanglah sebuah video edukatif yang secara khusus membahas tentang bahaya self-diagnosis pada remaja. (Rizkiani dkk. 2022)

Manfaat dari tinjauan pustaka terhadap penelitian ini mengidentifikasi kekosongan dalam penelitian sebelumnya dan menegaskan relevansi pengembangan motion graphic dengan isu sosial serupa. Berbeda dengan studi terdahulu yang menitikberatkan pada self-diagnosis dan pencegahan misinformasi kesehatan mental, karya ini menyajikan media edukatif yang mengangkat tema kesepian di era digital. Fokusnya pada dampak emosional interaksi digital dangkal yang meningkatkan isolasi, depresi, dan stres pada remaja. Dengan demikian, dirancang animasi 2D motion graphic untuk mengedukasi masyarakat, khususnya remaja, tentang pengaruh kesepian digital terhadap kesehatan mental.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menitikberatkan pada kesalahan persepsi diri dan edukasi berbasis informasi, karya ini berfokus pada pembentukan kesadaran emosional dan pengalaman visual yang empatik melalui pendekatan desain motion graphic bergaya flat cartoon. Jika karya terdahulu menampilkan pesan edukatif secara informatif, maka karya ini mengembangkan narasi visual yang lebih interaktif, menyentuh sisi afektif remaja, serta menekankan pentingnya keseimbangan antara interaksi digital dan hubungan sosial nyata.

Artikel jurnal yang berjudul Perancangan Kampanye Sosial Pengelolaan Kebiasaan Media Sosial yang Sehat pada Remaja Usia 15-18 Tahun (Makna 2022). penggunaan media sosial dapat mempengaruhi kualitas kesehatan jiwa individu. Kecanduan menjadi salah satu permasalahan yang muncul selain efek psikologis lainnya yang diakibatkan oleh penggunaan media sosial. Remaja yang berada di fase perkembangan psikologis, menjadi penyumbang terbesar pengguna media sosial. Minimnya edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat menyebabkan kecanduan semakin meningkat media sosial. Minimnya edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat menyebabkan kecanduan semakin meningkat. (Makna 2022)

Manfaat dari tinjauan pustaka ini adalah memperkuat landasan konseptual dalam memahami hubungan antara kecanduan media sosial dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja, khususnya dalam konteks kesepian digital. Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan bukan hanya mengganggu keseimbangan psikologis, tetapi juga menurunkan kualitas hubungan sosial manusia.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menitikberatkan pada kampanye sosial untuk mengedukasi penggunaan media sosial yang sehat, karya tugas akhir ini berfokus pada dampak emosional kesepian digital yang muncul akibat interaksi daring yang dangkal. Jika penelitian di jurnal REKA MAKNA masih berada pada ranah preventif dan informatif, maka karya ini melangkah lebih jauh dengan menghadirkan media visual edukatif dalam bentuk animasi 2D motion graphic yang bersifat naratif dan empatik.

Artikel jurnal yang berjudul *Perancangan Motion Graphic Series sebagai Media Edukasi tentang Depresi bagi Remaja* (Visual 2022). Depresi merupakan gangguan afektif dengan prevalensi tinggi, ditandai oleh kesedihan yang berkepanjangan. Meskipun dapat terjadi pada semua usia, remaja (14-17 tahun) lebih rentan karena fase transisi biologis, psikologis, dan sosial yang krusial. Kurangnya perhatian dan pemahaman remaja terhadap kesehatan mental memperbesar risiko, yang diperburuk oleh minimnya platform edukasi relevan dan menarik. Optimalisasi kanal digital seperti Instagram dan YouTube, sebagai media utama remaja, perlu ditingkatkan untuk edukasi kesehatan mental. (Visual 2022)

Manfaat dari tinjauan pustaka ini adalah memberikan dasar mengenai penggunaan media visual digital sebagai alat edukasi kesehatan mental bagi remaja. Penelitian ini memperkuat gagasan bahwa motion graphic dapat menjadi sarana efektif dalam mengkomunikasikan isu-isu psikologis secara menarik dan persuasif.

Berbeda dengan penelitian tersebut yang berfokus pada isu depresi secara umum, karya Tugas Akhir ini menyoroti fenomena kesepian digital (digital loneliness) sebagai bentuk gangguan emosional baru di era media sosial. Jika penelitian terdahulu menitikberatkan pada motion graphic series yang informatif untuk meningkatkan kesadaran tentang depresi, maka karya ini menghadirkan animasi 2D motion graphic tunggal dengan pendekatan emosional-naratif untuk menggambarkan dampak kesepian akibat interaksi digital yang dangkal. Dengan demikian, karya ini tidak hanya melanjutkan upaya edukatif yang serupa, tetapi juga memperluas konteksnya dengan menyoroti aspek psikososial yang lebih kontemporer dan relevan dengan remaja masa kini.

Artikel jurnal yang berjudul *Kesepian, Kepekaan Sosial, dan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Rantau: Peran Kepekaan Sosial sebagai Mediator* (Jombang 2023) Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis peran keterhubungan sosial serta kompetensi interpersonal terhadap tingkat kesepian pada mahasiswa perantau. Sampel penelitian diperoleh melalui teknik purposive sampling, dengan menggunakan instrumen pengukuran yang diadaptasi dari skala kesepian yang dikembangkan oleh Gierveld dan Tilburg (2006), serta skala keterhubungan sosial yang mengacu pada konsep yang dikemukakan oleh Bochner dan Kelly (1972). Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode regresi berganda (multiple regression) analisis menunjukkan bahwa keterhubungan sosial dan kompetensi interpersonal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kesepian mahasiswa perantau, dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,674 dan nilai F sebesar 203,652. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel independen tersebut secara simultan berperan sebesar 67,4% dalam menjelaskan variasi tingkat kesepian pada responden penelitian. (Jombang 2023)

Manfaat dari tinjauan pustaka ini adalah memberikan dasar empiris bagi pemahaman tentang hubungan antara keterhubungan sosial, kesepian, dan perilaku digital. Hasil penelitian ini mendukung relevansi karya tugas akhir yang mengangkat isu kesepian di era digital, karena menunjukkan adanya keterkaitan nyata antara interaksi sosial yang menurun dengan meningkatnya penggunaan media sosial yang bersifat superfisial.

Berbeda dengan penelitian tersebut yang berfokus pada analisis kuantitatif mengenai hubungan variabel psikologis, karya tugas akhir ini menghadirkan interpretasi visual dan emosional dari fenomena tersebut melalui media animasi 2D motion graphic. Jika penelitian ini menampilkan data statistik untuk menjelaskan hubungan antara kesepian dan interaksi sosial, maka karya ini menerjemahkan hasil temuan serupa ke dalam bentuk narasi visual yang komunikatif dan mudah dipahami oleh remaja. Dengan demikian, karya ini tidak hanya memperluas temuan akademik, tetapi juga mengubahnya menjadi bentuk komunikasi visual yang mampu menyentuh aspek kognitif sekaligus afektif audiens.

Artikel jurnal yang berjudul *Internet Pada Gen Z: Dampak Kesepian dan Leisure Boredom terhadap Kecenderungan Kecanduan Internet pada Gen Z* Artikel ini menganalisis pengaruh kesepian dan *leisure boredom* terhadap kecenderungan kecanduan internet pada Gen Z di Kabupaten Karawang (Gilang Ramadhan dkk. t.t.). Dengan 664 responden usia 1996-2010, hasil kuantitatif menunjukkan kedua faktor tersebut berpengaruh signifikan secara bersamaan ($p < 0,05$) dan menyumbang 11,8% risiko kecanduan internet pada remaja dan dewasa muda. (Gilang Ramadhan dkk. t.t.)

Manfaat dari tinjauan pustaka ini adalah penggunaan internet berlebihan pada generasi muda tidak hanya dipicu oleh kebutuhan digital atau faktor lingkungan, tetapi juga oleh kondisi emosional yang tidak terpenuhi, seperti kebutuhan akan koneksi sosial dan aktivitas bermakna. Kesepian menyebabkan individu mencari pelarian melalui dunia digital, sementara kurangnya kegiatan produktif memperkuat kecenderungan tersebut.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengkaji hubungan statistik antara kesepian, kebosanan, dan kecanduan internet pada Gen Z. Sedangkan perancangan ini mengangkat isu serupa dengan metode visual edukatif berupa animasi 2D motion graphic. Tujuannya agar audiens memahami dampak kesepian digital secara kreatif melalui pengalaman visual dan emosional, yang lebih efektif menjangkau Gen Z yang akrab dengan media visual dan konten digital.

2. Metode

a. Empati (Emphatize)

Tahap empati merupakan fondasi awal dalam proses perancangan yang bertujuan untuk memahami secara mendalam permasalahan yang diangkat serta kebutuhan audiens yang menjadi sasaran. Pada tahap ini, dilakukan serangkaian kegiatan untuk menggali informasi, mengidentifikasi konteks permasalahan kesepian di era digital yang mempengaruhi kesehatan mental remaja, serta membangun pemahaman yang komprehensif tentang target audiens dan lingkungan digital yang menjadi fokus perancangan. Dalam perancangan audio-visual, tahap ini berada pada fase *development* yang berfokus untuk mendalami topik permasalahan sebagai dasar perancangan.

b. Definisi (Define)

Tahap definisi adalah fase di mana data dan pemahaman dari tahap empati dianalisis dan dirumuskan menjadi arah perancangan yang jelas dan spesifik. Pada tahap ini dilakukan brainstorming untuk menghasilkan berbagai alternatif solusi, perumusan konsep cerita yang akan dikembangkan, serta penetapan gaya visual yang sesuai dengan tema dan target audiens. Tahap definisi memastikan bahwa perancangan memiliki fokus yang terarah dan konsep yang kuat sebelum memasuki tahap pengembangan ide lebih lanjut. Pada perancangan audio-visual, tahap ini masih berada dalam tahap development, yang berfokus untuk merumuskan topik masalah menjadi arah perancangan yang jelas dan spesifik.

c. Ideasi (Ideate)

Tahap ideate merupakan fase transisi dari pemahaman masalah menuju penciptaan solusi kreatif yang divergen. Tahap ini melakukan eksplorasi ide secara luas untuk menentukan bagaimana pesan edukasi mengenai kesepian di era digital mempengaruhi kesehatan mental dapat divisualkan secara efektif dalam animasi motion graphic.

d. Prototipe (Prototype)

Tahap prototype merupakan implementasi teknis di mana perancangan yang masih bersifat abstrak pada tahap praproduksi ditransformasikan menjadi produk visual yang nyata. Dalam pembuatan motion graphic menjadi produk visual yang nyata. Dalam visual, narasi, dan audio. Prototipe berfungsi sebagai bentuk akhir yang siap diuji untuk menilai kualitas visual, kejelasan pesan, serta kesesuaian karya dengan tujuan perancangan sebelum digunakan sebagai media komunikasi kepada audiens sasaran.

HASIL PERANCANGAN

1. Analisa Data

a. Segmentasi

1) Demografi

Semua kalangan agama dan tingkat ekonomi. Target audiens remaja usia 12 sampai 24 tahun dengan pendidikan SMA sampai Universitas dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

2) Geografi

Seluruh masyarakat Indonesia khususnya SMA sampai mahasiswa yang ada di Indonesia. Remaja di kota besar Indonesia remaja usia 12-25 tahun menghabiskan durasi media sosial lebih lama menyebabkan kesepian digital dibanding pedesaan sesuai data dari survei jurnal dari ENLIGHTEN.

3) Psikografi

Target audiens secara psikografis adalah remaja Gen Z dengan usia 12-24 tahun yang mengkonsumsi konten visual tinggi, rentan merasa kesepian emosional, tapi kesadaran kesehatan mental yang masih rendah.

4) Behavior

Remaja yang sering mengkonsumsi konten visual pendek seperti tiktok atau instagam yang mengakibatkan interaksi pasif. Remaja yang sering googling

tentang cara atasi kesepian digital tapi jarang atau tidak pernah ke psikolog, animasi motion graphic jadi solusi edukatif.

5) USP

Topik kesepian di era digital dipilih karena kesepian bukan semata-mata sebagai permasalahan individual, melainkan sebagai dampak tidak langsung dari sistem algoritma media sosial yang mendorong perbandingan sosial dan pola interaksi dangkal. Dampak psikologis kesepian di era digital seperti depresi dan isolasi sosial menjadikan isu urgent yang sangat relevan dengan kehidupan remaja usia 14-24 tahun sebagai target audien.

6) ESP

Emotional Selling Proposition perancangan animasi 2D motion graphic menghadirkan pengalaman emosional yang empatik bagi remaja melalui narasi visual dan ilustrasi sederhana yang merepresentasikan kesepian di era digital. Pendekatan visual one-shot digunakan untuk membangun kedekatan emosional dan membuka ruang refleksi personal bagi audiens.

7) Positioning

Perancangan motion graphic ini menggunakan gaya visual berupa anime flat yang mengedepankan kesederhanaan visual dengan meminimalkan detail tekstur yang realistis. Sebagai media reflektif bagi remaja yang aktif menggunakan media sosial, untuk menyadari bahwa perasaan kesepian yang dialami bukan semata-mata berasal dari kelemahan personal, melainkan dari lingkungan digital yang dibentuk oleh algoritma media sosial. Melalui pendekatan naratif. Perancangan ini membangun pengalaman emosional audiens terhadap kesepian, tanpa menghakimi maupun mengklaim solusi tertentu.

2. Strategi Kreatif

a. Konsep Estetis

1) Layout

Layout yang digunakan dalam perancangan ini menggunakan *rule of thirds*. *rule of thirds* merupakan patokan untuk menetapkan objek dalam gambar agar menarik untuk dilihat. Ratio yang digunakan 16:9 winndscreen.

Layout kedua menggunakan jenis Layout V-Shape untuk menciptakan garis diagonal berbentuk V berfungsi untuk garis penutun. digunakan pada media pendukung seperti poster, banner, atau flyer yang ingin memadukan elemen visual animasi dengan pesan tertulis secara jelas dan mudah dipahami.

2) Warna

Warna yang digunakan pada motion graphic ini menggunakan warna flat. Warna anime flat menggunakan solid colors tanpa gradasi, bayangan, atau tekstur yang cerah/kontras tinggi untuk tampilan minimalis, bersih, dan modern. Fokus pada saturasi berbeda untuk hierarki visual, sering bold/cerah agar menonjol di layar digital.

3) Typografi

Typografi didefinisikan sebagai seni mengatur huruf dan teks dalam ruang untuk menciptakan visual menarik, komunikatif, dan fungsional dalam media cetak/digital, mencakup hierarki informasi, ekspresi visual, serta evolusi dari fungsi teknis ke artistik.

Font yang di gunakan untuk perancangan ini menggunakan font Sloth, Montserrat, Sora Font di karenakan Font ini memiliki karakter huruf yang edgy dan berbentuk geometris, menjadikannya ideal untuk proyek kreatif seperti motion graphics, komik, atau branding visual.

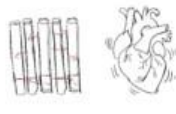
4) Sinopsis

Di era digital dimana orang terhubung hanya dalam satu klik, sebuah kenyataan muncul kita justru menjadi generasi paling kesepian dalam sejarah. Fenomena paradox of connetion dimana ribuan pengikut di media sosial gagal memenuhi kebutuhan koneksi emosional yang nyata.

Kesepian kronis ternyata memiliki dampak fatal bagi kesehatan mental yang setara dengan merokok 15 batang sehari. Menjadi terjebak algoritma dan fenomena FOMO. Solusinya bukan dengan menjauhi dunia digital, melainkan mengembalikan kualitas interaksi dengan obrolan nyata.

5) Story board

Screne	Sequene	Visual	Naskah
1	1		Deskripsi: Miya sedang di tengah keramaian dan lagi scroll media sosial. Dorasi: 18 detik
2	1		Deskripsi: Menperlihatkan manusia purba di depan gua. Dorasi: 13 detik
4	1		Deskripsi: Layar hp yang menampilkan foto-foto liburan orang lain yang sangat cerah. Dorasi: 16 detik
4	2		Deskripsi: Menampilkan karakter mira yang hanya di kamar dan muncul tulisan fomo. Dorasi: 16 detik
5	1		Deskripsi: Miya menaruh hpnya di meja Dorasi: 20 detik

2	2		Deskripsi: Lalu transisi ke zaman moderen yang dikelilingi icon like, dan followers. Dorasi: 13 detik
3	1		Deskripsi: Muncul diagram tubuh manusia. Dibagian otak muncul tulisan kortisol yang naik Dorasi: 16 detik
3	2		Deskripsi: Lalu muncul gambar rokok yang berjajar 15 batang di samping ikon jantung yang Dorasi: 19 detik
5	3		Deskripsi: terlihat sedang tertawa bersama satu temannya di taman. Dorasi: 19 detik

b. Konsep Teknis

1) Drawing Tablet for PC

Goojodoq 10 inch digunakan untuk membuat sketsa, story board, desain karakter, dan pembuatan background.

2) Laptop ASUS Vivobook

Laptop ASUS Vivobook digunakan untuk pengeditan motion graphic, mulai dari pengabungan karakter, background, music, efek, suara dan lain lain.

3) Ibis paint

Ibis paint merupakan aplikasi menggambar. Aplikasi ini digunakan untuk membuat sketsa, story board, desain karakter, dan background

4) Adobe ilustrator

Adobe ilustrator aplikasi grafis vektor. Aplikasi ini digunakan untuk melanjutkan dari sketsa desain karakter dan background menjadi vector.

5) Adobe after affects

Adobe after affects digunakan untuk membuat video motion graphic dengan mengerakkan dan mengabungkan karakter, background, teks, voice over, dan musik.

6) Audacity

Audacity merupakan aplikasi pengolah audio. Yang digunakan untuk mengolah audio untuk perancangan animasi.

3. Media Plan

a. Media Utama

1) Animasi 2D Motion Graphic

Perancangan animasi motion graphic yang berjudul “Animasi 2D Motion Graphic sebagai media edukasi tentang dampak Kesepian di era digital terhadap kesehatan mental” membahas edukasi tentang dampak dari kesepian di era digital.

b. Media Pendukung

1) X Benner

Fungsi pada perancangan ini untuk membatu promosi video animasi 2D motion graphic tentang dampak kesepian di era digital sebagai kesehatan mental dan menarik audiens.

2) Gantungan Kunci

Gantungan kunci merupakan benda kecil untuk mengaitkan kunci agar mudah dibawa dan tidak hilang.

3) Stiker

Stiker berfungsi sebagai alat promosi murah dan efektif, meningkatkan brand. Fungsi untuk perancangan ini membatu promosi video animasi 2D motion graphic tentang dampak kesepian di era digital sebagai kesehatan mental dan menarik audiens.

4) Pin

Pin merupakan aksesoris kecil berbentuk bros digunakan untuk promosi karena praktis dan efektif. Fungsi untuk perancangan ini membatu promosi video

animasi 2D motion graphic tentang dampak kesepian di era digital sebagai kesehatan mental dan menarik audiens.

5) Kaos

Kaos juga berfungsi sebagai alat pernyataan identitas bagi pemakainya, untuk mengurangi stigma sosial terhadap isu kesepian di era digital terhadap kesehatan mental.

6) Photocard

Photocard adalah kartu kecil berisi foto idola atau karakter, yang umumnya berfungsi sebagai barang koleksi atau bonus dari pembelian album, merchandise, atau produk lainnya.

7) Poster

Fungsi untuk perancangan ini adalah untuk membatu promosi video animasi 2D motion graphic tentang dampak kesepian di era digital sebagai kesehatan mental dan menarik audiens.

8) Benner

Benner MMT singkatan dari metromedia technologies. Sebagai media pendukung benner MMT sangat krusial karena sifatnya yang flaksibel, dan harganya yang terjangkau.

9) Totebag

Penggunaan bertujuan untuk memperkuat brand terhadap kampanye kesehatan mental yang disusun dalam animasi.

10) Standing Character

Secara teknis, ini adalah potongan styrofoam yang dibentuk menyerupai karakter, dan maskot.

PERANCANGAN KARYA

A. Desain Karakter

1. Miya

Tokoh utama dalam perancangan ini, sesosok yang digambarkan di dunia maya, yang aktif punya banyak followes namun di dunia nyata, tidak ada yang mengenalinya. Selalu terhubung secara online, namun takut dan cemas jika harus melepas hpnya dan juga lebih banyak melihat kehidupan orang lain melalui layar hp dari pada menjalani kehidupannya sendiri, sehingga menciptakan perasaan terasingkan. Karakter ini menggunakan warna rambut berwarna gradasi ungu violet sering dikaitkan dengan introspeksi, misteri dan kesendirian. Mata ungu yang besar memberi kesan hampa. Pakaian oversized pink drees yang menunjukkan keinginan untuk bersembunyi. Aksesoris jepitan rambut kuning satu-satunya kontras yang cerah menjadi harapan kecil sebelum ia tenggelam dalam dunia digital.



Gambar 1. Desain Karakter Kibo
(Sumber: Muh Nur Fauzan)

B. Media Utama

No	Picture	Action	Script	Time
1.		Opening layar zoom out dan muncul kosong	"Pernah gak sih, kamu lagi asyik scrolling media sosial di tengah keramaian, tapi tiba-tiba merasa kosong?"	7d
2.		Zoom In with layar hp yang menampilkan media sosial yang ada di instagam.	"Padahal, teman di instagam ada ribuan, yhaits&pp bunyi terus, aneh?"	7d
3.		Menampilkan miya yang lagi memakai baju dokter dan di belakangnya ada peradapan manusia	"Menurut riset, kita justru hidup di era paling kesepian, sepanjang sejarah manusia."	6d
4.		Pop up manusia purba yang muncul	"Dulu, manusia purba butuh satu sama lain buat bertahan hidup dan serang predator."	6d
5.		Zoom in ke otak lalu zoom out	"Makanya, otak kita berevolusi untuk merasa sakit kalau merasa dikhianati atau merasa sendiri."	6d
6.		Zoom out Transisi ke miya yang lagi main media sosial	"Malah, di era digital, interaksi kita berubah, menjadi online."	4d
7.		Miya dikelilingi dengan like, followers, dan pesan online.	"Kita memukar obrolan online yang mendalam menjadi like, views, dan komentar digital."	6d
8.		Menampilkan teks paradox of connection	"Secara psikologi, ini namanya paradox of connection."	3d
9.		Pop up lalu muncul hati dan garis yang menghubungkan	"Kita merasa terhubung secara digital tapi kehilangan koneksi emosional yang nyata."	9d
10.		Pop up muncul miya yang lagi bingung.	"Lama... apa dampaknya kalau kesepian ini diperburuk?"	3d
11.		Zoom in menunjukan otak terus ada tulisan kortisol, ada panah yang naik.	"Hati-hati, karena itu bukan cuma soal perasaan, sudah. Kesepian kronis bisa memicu hormon stres bernama kortisol naik drastis."	8d
12.		Memperlihatkan karakter miya yang lagi tidur berantakan, kecemasan, dan depresi.	"Akibatnya? Tidur menjadi berantakan, kecemasan meningkat, bahkan bisa berujung pada depresi."	7d
13.		Memperlihatkan 15 rokok dan jatung yang berdetak.	"Bahkan sains bilang, kesepian yang berkepanjangan itu bahaya setara dengan merokok 15 batang sehari!"	6d
14.		Zoom out Miya yang lagi main media sosial terus dibelakangnya ada tulisan fomo.	"Belum lagi, adanya fenomena FOMO."	3d
15.		Miya lagi scrolling media sosial.	"Kita ngelihat hidup orang lain yang kelibatanannya sempurna di media sosial."	3d
16.		"Tilt Up + Zoom Out ke karakter miya yang lagi bercemrin"	"Alu kita mulai bandingkan sama hidup kita yang biasa-biasa aja. Algoritma bikin kita terlebak dalam standar kebahagiaan yang sempu, yang akhirnya bikin kita ngerasa makin terasingkan dan gak cukup."	12d
17.		Tulisan tenang	"Tenang"	2d
18.		Memperlihatkan miya	solusinya bukan berarti kita harus buang hp dan tinggal di hutan. "Kita cuman perlu lebih sadar"	6d
19.		Zoom in memperlihatkan catatan hal hal kecil.	"Coba deh, mulai dari hal kecil"	2d
20.		Memperlihatkan miya yang menaruh hpnya di dekat kopi	"Seperti luangkan waktu sejam sehari tanpa gadget"	4d
21.		Miya menelfon teman lama.	"Telepon atau ajak ketemu teman lama."	4d
22.		Miya lihat story temannya	"jangan Cuma balas storynya, fokus pada kualitas, bukan kuantitas."	5d
23.		Zoom out miya dan temannya yang lagi main di taman.	Satu teman yang benar, benar dengar, kamu itu lebih berharga daripada 5.000 followers yang gak kenal kamu siapa."	6d
24.		Zoom out miya dan temannya yang lagi main di taman.	"Inget, teknologi itu alat untuk menghubungkan, bukan pengganti kehadiran. Karena pada akhirnya, kita adalah makhluk sosial yang butuh vane butuh"	14d
25.		Di tutup dengan judul dan kata kata.	didenger, dimengerti, dan disayang secara nyata. kita adalah makhluk sosial yang butuh didenger, dimengerti, dan disayang secara nyata." "Terimakasih"	5d

C. Media Pendukung



PENTUP

A. Simpulan

Tugas Akhir ini mengangkat tema Kesehatan mental kondisi kesejahteraan psikologis individu yang mempengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan, bersikap, serta berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Perkembangan teknologi digital kesehatan mental menjadi isu yang makin naik. Media sosial dan platform digital tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga membentuk pola interaksi, cara individu memandang diri sendiri, serta cara memperoleh validasi sosial. Tema kesehatan mental dalam perancangan ini membahas dampak teknologi digital terhadap kondisi psikologis remaja, dengan fokus utama kesepian di era digital yang memunculkan permasalahan sosial dan emosional yang sering kali tidak disadari oleh masyarakat. Berdasarkan hasil pengamatan dan kajian literatur, ditemukan adanya gap masalah antara tingginya intensitas penggunaan media digital oleh remaja dengan komunikatif, empatik, dan sesuai dengan karakter audiens. Informasi yang tersedia saat ini cenderung bersifat faktual atau informatif sehingga kurang menarik dan sulit difahami secara emosional. Urgensi perancangan ini terletak pada meningkatnya kasus kesepian yang berpotensi berdampak pada kesehatan mental remaja, sementara kesadaran masyarakat terhadap isu kesepian digital masih relatif rendah. Oleh karena itu dibutuhkan media alternatif yang tidak hanya bersifat informatif, tapi juga mampu membangun empati dan kesadaran secara visual dan emosional.

Tujuan dari perancangan ini adalah merancang Animasi 2D Motion Graphic dengan menyampaikan pesan edukatif dan mengenai dampak negatif kesepian di era digital melalui pendekatan visual yang relevan dengan kehidupan remaja. Media yang ditawarkan berupa Animasi Motion Graphic, karena media ini paling dekat dengan remaja melalui kombinasi

visual, warna, dan gerakan yang dinamis. Metode *Design Thinking* digunakan sebagai dasar pembentukan Animasi 2D Motion Graphic yang mencakup empat tahap, yakni *empathize, define, ideate, dan prototype*. Kebaruan dari perancangan ini terletak pada penggabungan isu psikologis remaja dengan media Animasi 2D Motion Graphic yang berfokus pada pendekatan emosional dan naratif bukan sekedar informatif. Hasil dari perancangan ini berupa karya Animasi 2D Motion Graphic yang merempresentasikan dampak teknologi digital terhadap kondisi emosional remaja melalui pendekatan visual dan naratif. Perancangan ini berfungsi sebagai media edukasi dan penyadaran sosial yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran, pemahaman, serta empati masyarakat terhadap isu kesepian di era digital dan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental di tengah perkembangan teknologi.

B. Saran

Mengingat dinamisnya tren komunikasi visual, diharapkan peneliti atau perancangan selanjutnya dapat mengeksplorasi penggunaan teknologi dalam media edukasi kesehatan mental. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan tingkat keterlibatan audiens Gen Z yang memiliki preferensi tinggi terhadap konten digital yang bersifat partisipatif.

Disarankan agar institusi pendidikan maupun lembaga kesehatan mental dapat mengadopsi media animasi ini sebagai bagian kampanye literasi digital. Penggunaan media visual yang komunikatif diharapkan dapat mereduksi stigma sosial terhadap isu kesepian dan kesehatan mental, sehingga tercipta ekosistem pendukung yang lebih inklusif bagi remaja.

Diharapkan audiens dapat menerapkan prinsip digital secara konsisten. Langkah preventif seperti mengalokasikan waktu khusus tanpa perangkat elektronik perlu dipraktikkan guna mengembalikan esensi komunikasi manusiawi yang berbasis pada empati dan kehadiran fisik, sehingga dampak negatif dari isolasi digital dapat diminimalisir secara efektif.

Daftar Pustaka

- Ade Bastian, Dadan Zaliluddin, Dadan Romadhoni, dan Yucky Putri Erdiyanti. 2022. implementasi teknik *motion graphic* dan *vfx* terhadap video edukasi cyberbullying. *Infotech journal* 8(2): 1–5. doi:10.31949/infotech.v8i2.2329.
- (CfDS), Center for Digital Society. 2021. *Teenager-related cyberbullying case in Indonesia*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Gadjah Mada. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id>.
- Desain Fakultas, Jurusan, Seni Rupa, dan Dan Desain. 2023. Perancangan video edukasi *cyberbullying* terhadap remaja.
- Enlighten, Tim. 2023. "Kesepian Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19." *Enlighten, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka*.
- Gilang Ramadhan, Ade, Wina Lova Riza, Citra Hati Leometa, Fakultas Psikologi, dan Universitas Buana Perjuangan Karawang. "Internet Pada Gen Z: Dampak Kesepian dan Leisure Boredom terhadap Kecenderungan Kecanduan Internet pada Gen Z Internet in Gen Z: The Impact of Loneliness and Leisure Boredom on the Tendency Towards Internet Addiction in Gen Z." 5(3): 763–71. doi:10.51849/j-p3k.v5i3.472.

- Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik. 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Depresi pada anak muda di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Irawati, Irawati, Kistan Kistan, dan Muhammad Basri. 2023. "The Effect of the Duration of Social Media Use on the Incidence of Student Insomnia." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 12(1): 176–82. doi:10.35816/jiskh.v12i1.942.
- Jombang, Jurnal Kesehatan STIKes Pemkab. 2023. "Hubungan kesepian dengan kualitas tidur pada lansia di Balai Pelayanan Panti Sosial Tresna Werdha." *Jurnal Kesehatan STIKes Pemkab Jombang*.
- Makna, Reka. 2022. "Perancangan Kampanye Sosial Pengelolaan Kebiasaan Media Sosial yang Sehat pada Remaja Usia 15–18 Tahun." *Reka Makna: Jurnal Komunikasi Visual*.
- Organization, World Health. 2023. *Mental health: Strengthening our response*. Geneva: World Health Organization.
- Palopo, Universitas Muhammadiyah. 2023. "Meta-survei Gallup terkait kesepian global." *Jurnal Psikologi dan Konseling Universitas Muhammadiyah Palopo*.
- Perspektif. 2024. "Dampak buruk kecanduan penggunaan media sosial di era 5.0 pada kesehatan mental dan interaksi sosial." *Jurnal Perspektif*.
- Program, Yusriman, Studi Magister, Kajian Budaya, dan Ilmu Budaya. Interaksi sosial dalam era digital: dampak teknologi terhadap hubungan manusia. <https://jurnalsentral.com/index.php/jdss>.
- Rizkiani, Meti Agni, Sophia Insani Masyani, Sophia Purbasari, Prodi Desain, Komunikasi Visual, Fakultas Komunikasi, dan Dan Desain. 2022. 21 perancangan motion graphic mengenai self diagnose kesehatan mental oleh komunitas petualangan menuju sesuatu untuk remaja di kota bandung.
- Sanjaya, W. 2024. "Pemanfaatan motion graphic dalam mendukung penyampaian pesan game show edukasi 'Clash of Champions.'" *Jurnal Visualita* 13(1): 33–45.
- Sari, Belia Yunita. 2024. perancangan *motion graphic* pencegahan depresi sebagai media kampanye sosial untuk usia 20-30 tahun tugas akhir *Program Studi S1 Desain Komunikasi Visual Oleh*.
- Syahrin, Alvi. 2022. *Loneliness Is My Best Friend*. Jakarta: Alvi Ardhi Publishing.
- Visual, Tim Jurnal Desain Komunikasi. 2022. "Perancangan Motion Graphic Series sebagai Media Edukasi tentang Depresi bagi Remaja." *Jurnal Desain Komunikasi Visual* 4(2).
- Yusriman. 2025. "Interaksi sosial dalam era digital: Dampak teknologi terhadap hubungan manusia." *Jurnal Dinamika Sosial dan Sains* 9(1): 22–30.
- Yusuf, Marwan Maulana. 2023. "Analisis Kesepian Mahasiswa Pengguna Media Sosial."