

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit mental adalah salah satu kategori penyakit yang mempengaruhi pemikiran, perasaan, suasana hati, dan perilaku seseorang (Nareza, 2020). Salah satu penyakit mental yang memiliki prevalensi yang tinggi adalah *Social Anxiety Disorder* (SAD) atau fobia sosial (Ohayon & Schatzberg, 2010). SAD berbeda dengan rasa malu atau sifat kepribadian seseorang. Menurut Richard Heimberg (2005), seseorang yang memiliki penyakit tersebut memiliki ketakutan yang berlebih untuk dihakimi oleh masyarakat dan situasi sosial. Hal tersebut berdampak pada hidup sosial mereka, mulai dari percakapan yang informal hingga makan di mata publik. Tidak hanya itu, walaupun SAD muncul saat masa kanak-kanak, namun gangguan tersebut hanya dapat diketahui ketika orang tersebut sudah beranjak dewasa.

Nurul Kusuma (2022) menyatakan bahwa kesadaran kesehatan mental di Indonesia mengalami peningkatan namun, kesadaran tersebut masih terkekang oleh stigma buruk yang tebal di masyarakat. Stigma ini dapat menghalangi penanganan pasien yang mempunyai masalah dengan kesehatan mentalnya. Sama seperti penyakit fisik, penyakit mental juga dapat menyebabkan kondisi serius jika tidak ditangani. Namun, di Indonesia masih banyak stigma terhadap pengidap penyakit mental. Mereka akan sering dianggap sebagai orang yang “gila” yang harus dijauhi atau dikucilkan di masyarakat, atau dipengaruhi roh jahat atau kurang dekat dengan Tuhan dari kepercayaan mereka. Stigma-stigma tersebut dapat menghambat proses pemulihan penyakit mental yang kemudian dapat memperburuk kondisi karena mereka tidak mau mencari bantuan ataupun pengobatan (Makarim, 2020).

Menurut kuesioner yang telah disebar, masyarakat sendiri sudah mempunyai pengetahuan tentang SAD, namun, pengetahuan tentang gangguan dan penyebab gangguan tersebut minim. Masih terdapat miskonsepsi tentang disorder tersebut.

Beberapa dari mereka menjawab bahwa mereka merupakan orang yang introvert, anti sosial, dan bahkan kurang bersyukur. Hal yang dipikirkan oleh mereka merupakan hal yang jauh dari pengertian SAD. Menurut kompas.com (2022), orang yang introvert merupakan orang yang lebih fokus terhadap perasaan dari dalam dirinya sendiri. Orang yang memiliki kepribadian tersebut cenderung lebih diam dan tenang, namun, hal ini tidak mengartikan bahwa ia merupakan pemalu atau memiliki SAD. Sedangkan, *Antisocial Personality Disorder*, atau yang kadang disebut sebagai *sociopathy*, adalah sebuah kondisi mental yang membuat seseorang untuk tidak menghargai hal yang benar dan salah (Mayo Clinic, 2023). Jika seseorang secara terus-menerus menghindari situasi sosial, hal tersebut akan mempengaruhi kepribadian orang tersebut. Mereka akan mulai kurang percaya diri, meningkatnya sensitifitas terhadap kritikan, kesulitan untuk bersikap arsetif, merendahnya prestasi akademik dan pekerjaan, penyalahgunaan obat-obatan, pengalaman sosial orang tersebut akan memburuk dan tidak meningkat, dan mereka dapat mencoba untuk melakukan bunuh diri (Makarim, 2022).

Perangkat yang biasa digunakan oleh mereka sering gunakan adalah *handphone* mereka, dan ketika ditanya media informasi interaktif yang digemari, mayoritas menjawab *game*. *Game* yang memiliki ukuran yang relatif lumayan kecil, yang dapat dimainkan oleh orang dengan *handphone* mereka merupakan sebuah visual novel.

Berdasarkan permasalahan tersebut, untuk mengurangi miskonsepsi tentang SAD, pengajuan untuk perancangan visual novel tentang *social anxiety disorder* untuk dewasa muda dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, perancangan tersebut memiliki rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana merancang sebuah visual novel untuk menginformasikan dewasa muda mengenai *social anxiety disorder*?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan tersebut memiliki batasan masalah untuk lebih memfokuskan permasalahan menjadi lebih spesifik dengan batasan target audiens sebagai berikut:

1. Demografis

a. Dewasa Muda.

Masa dewasa muda merupakan masa transisi seseorang dari remaja ke beranjak dewasa (Santrock, 1999). Chowdary (2019) menyimpulkan bahwa sebagian besar dewasa muda tidak sadar akan gejala penyakit mental yang dialami. Hal ini dapat menghambat mereka untuk mendapat pertolongan yang dibutuhkan.

b. Usia : 20-25 tahun

c. SES Minimal : A-C

Menurut FX Albino, munculnya SAD pada seseorang tidak bergantung pada status ekonominya. Melainkan, hal tersebut bergantung kepada *cognitive thinking* seseorang.

d. Pendidikan Minimal : SMA

2. Geografis

a. Negara : Indonesia

b. Daerah : Jabodetabek

Kota besar merupakan pintu dan pusat penyebaran informasi.

3. Psikografis :

a. Orang yang memiliki kenalan yang mengidap SAD dan ingin mengetahui penyakit mental tersebut.

b. Orang yang memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan mental.

c. Orang yang kurang paham tentang SAD dan masih memiliki beberapa stigma tentang penyakit mental tersebut.

d. Orang yang suka bermain *mobile* visual novel.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, tujuan Tugas Akhir adalah melakukan perancangan sebuah visual novel tentang *social anxiety disorder* untuk dewasa muda.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dibagi menjadi tiga bagian: manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan bagi universitas.

1) Manfaat Bagi Penulis

Perancangan visual novel sebagai hasil pembelajaran perkuliahan semester 1 hingga 6 di Universitas Multimedia Nusantara (UMN). Tidak hanya itu, hasil perancangan dalam bentuk visual novel juga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan dewasa muda terhadap *Social Anxiety Disorder* (SAD).

2) Manfaat Bagi Orang Lain

Masyarakat mendapatkan edukasi tentang *Social Anxiety Disorder*. Tidak hanya itu, dengan perancangan visual novel tersebut, diharapkan bahwa edukasi dan informasi yang diberi dapat mengurangi stigma tentang penyakit mental dan SAD.

3) Manfaat Bagi Universitas

Penulis berharap laporan ini dapat menjadi pembelajaran dan kontribusi yang bermanfaat dan baik bagi UMN dalam mengedukasikan masyarakat mengenai penyakit mental, terutamanya SAD. Tidak hanya itu, diharapkan laporan dan hasil akhir untuk Tugas Akhir dapat menjadi referensi bagi mahasiswa/i angkatan berikutnya dalam mengerjakan tugas akhir, terutama untuk mereka yang mengambil topik yang mirip.