

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Dalam perkembangan masa remaja, menjalani hubungan sosial dengan orang lain menjadi *support* seseorang menemukan jati dirinya. Hubungan yang dibangun dengan sesama bisa meliputi hubungan kekeluargaan, pertemanan, dan percintaan. Meski begitu, beberapa remaja terjat dalam hubungan yang tidak sehat dengan sesamanya, terutama dalam hubungan dengan pasangan. Beberapa remaja hanya menjalani hubungan pacaran karena dianggap sebagai salah satu proses dalam mencari jati diri lewat orang lain (Frangklin, 2019). Ibu Fiona seorang psikolog dalam wawancara pribadi, menambahkan remaja yang masih ada dalam fase yang dapat dikatakan “labil” biasanya sulit untuk mengambil suatu keputusan dan akhirnya tidak memutuskan apapun untuk menggerakkan hubungannya ke arah yang lebih baik. Hal tersebut menyebabkan suatu fenomena sosial yang jarang disadari oleh remaja, yakni *toxic relationship*.

Frangklin mengatakan jalan pemikiran remaja masih tergolong labil atau bisa dikatakan masih dalam fase pengembangan diri. Untuk itu remaja merasa sulit untuk berani mengambil keputusan tertentu dalam menjalin hubungan. Berdasarkan hasil wawancara dengan psikolog, Ibu Fiona mengatakan bahwa remaja lebih sering memilih untuk mempertahankan hubungan itu karena mereka tidak sadar bahwa hubungannya sudah ada dalam tahapan *toxic*. Berdasarkan kesimpulan hasil kuesioner yang disebar oleh penulis, tingkat pengetahuan

remaja terhadap *toxic relationship* sudah cukup tinggi namun, faktanya meskipun mengetahui secara dasar tentang hubungan yang tidak sehat beberapa remaja memilih untuk bersikap *denial* dan mempertahankan hubungan tersebut tanpa berusaha untuk memperbaikinya (Satu Persen – Indonesian Life School, 2020).

Seseorang yang terus berada dalam hubungan yang tidak sehat, dapat menimbulkan beberapa gangguan psikis seperti stress, merasa terisolasi, rendah diri, dan fobia sosial. Sedangkan pada ranah yang lebih *extreme* bisa menimbulkan kekerasan yang dilakukan individu terhadap pasangannya dan beberapa memilih untuk bunuh diri (Hikmah, 2019). Eliza dalam wawancaranya dengan Nova (2019), mengatakan masing-masing orang perlu menyadari ciri yang mengindikasikan hubungannya tergolong tidak sehat supaya bisa membulatkan tekad, berani mengambil keputusan untuk mengakhiri hubungan tersebut. Remaja perlu mengetahui pentingnya membangun hubungan sehat dalam proses pengembangan diri sehingga menjadi seseorang yang lebih baik, bukan semakin rendah diri dan malu.

Dalam menyampaikan informasi yang edukatif dibutuhkan suatu media sebagai jembatan penghubung. Menurut Widjajanto (2013), media dapat digunakan sebagai wadah dalam menyampaikan informasi sehingga membantu dalam mengkomunikasikan tujuan. Ibu Fiona mengatakan bahwa penyampaian informasi untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap *toxic relationship* masih perlu ditingkatkan dan dikemas dengan penambahan konten refleksi. Dalam menyampaikan informasi kepada remaja, media informasi baiknya didukung

dengan elemen interaktif yang dapat membantu remaja dalam menangkap informasi tersebut.

Dari permasalahan yang dipaparkan, penulis melihat diperlukannya perancangan media informasi yang berisi pemaparan mengenai gambaran kondisi hubungan yang *toxic* dan cara mengatasinya apabila sudah terjebak di dalamnya yang dikemas dalam bentuk *interactive storytelling*. Tujuan utama yang ingin dicapai adalah memberikan informasi yang interaktif dan reflektif kepada pasangan tentang *toxic relationship* dengan harapan mereka lebih menyadari kondisi hubungan tergolong *toxic*. Untuk itu, topik yang akan dirancang oleh penulis yaitu, “Perancangan Buku *Self-Help* Interaktif tentang *Toxic Relationship* untuk Usia Remaja 12-25 Tahun”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Bagaimana cara merancang buku *self-help* interaktif yang efektif untuk membangun kesadaran remaja usia 12-25 tahun terhadap *toxic relationship*?

## **1.3. Batasan Masalah**

Penulis akan melakukan penelitian terkait buku *self-help* interaktif yang digunakan untuk membangun kesadaran remaja yang telah berpasangan mengenai *toxic relationship*. Target perancangan buku *self-help* interaktif ini dibatasi oleh segmentasi sebagai berikut:

### 1. Demografis:

- Jenis kelamin : Wanita

- Usia : 12-16 tahun (sekunder) dan 17-25 tahun (primer) (Depkes RI, 2009)
- Pendidikan : SMP, SMA, S1
- Pekerjaan : Pelajar, mahasiswa

## 2. Geografis:

- Kota : Jabodetabek (primer), seluruh kota di Indonesia (sekunder)

## 3. Psikografis:

- Memiliki emosi yang labil
- Tergolong sebagai budak cinta
- Tidak menyadari sedang berada pada hubungan *toxic*

### **1.4. Tujuan Tugas Akhir**

Tujuan perancangan tugas akhir ini adalah membuat perancangan buku *self-help* interaktif yang efektif untuk membangun kesadaran remaja usia 12-25 tahun terhadap *toxic relationship*.

### **1.5. Manfaat Tugas Akhir**

#### **1.5.1 Manfaat Bagi Penulis**

Penulis dapat mempraktekkan keilmuan desain komunikasi visual yang telah dipelajari selama masa perkuliahan ke dalam perancangan tugas akhir yakni, buku

*self-help* interaktif. Penulis juga mendapatkan wawasan mengenai pentingnya penyampaian informasi akan *toxic relationship* supaya dapat melakukan pencegahan dini dan dapat membangun hubungan yang sehat dengan pasangan.

### **1.5.2 Manfaat Bagi Orang Lain**

Perancangan buku *self-help* interaktif ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada masyarakat Indonesia, khususnya remaja untuk memberikan gambaran mengenai perilaku *toxic*, dampak yang ditimbulkan dari terjebak dalam hubungan *toxic*, dan langkah-langkah yang sebaiknya dilakukan saat berada dalam *toxic relationship* sehingga dapat membangun kesadaran remaja (Tujuan perancangan tidak untuk menggiring pembaca mengambil suatu keputusan/*behaviour changing*).

### **1.5.3 Manfaat Bagi Universitas**

Perancangan buku *self-help* interaktif mengenai *toxic relationship* diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran tambahan dan referensi perancangan tugas akhir yang berguna bagi mahasiswa Universitas Multimedia Nusantara, khususnya bagi mereka yang akan melakukan perancangan media informasi.