

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan kesehatan mental merupakan keadaan ketika individu kesulitan atau gagal untuk menyadari kemampuannya, menangani stress dalam kehidupan sehari-hari, dan berfungsi secara produktif (WHO, 2022). *Body dysmorphic disorder* (BDD) merupakan gangguan kesehatan mental yang ditandai dengan perilaku obsesif terhadap ‘kekurangan’ atau ‘kecacatan’ dalam penampilan fisik (American Psychiatric Association, 2019). Penderita BDD percaya bahwa kekurangan tersebut membuat mereka terlihat jelek atau tidak normal sehingga memicu kekhawatiran berlebihan yang dapat mengganggu produktivitasnya dan interaksi sosial.

40% penderita BDD setidaknya menghabiskan waktu 3–8 jam sehari untuk memikirkan kekurangannya (Bjornsson et al., 2022). Seringkali kondisi ini mengakibatkan penderita BDD mencari dan melakukan berbagai cara sebagai upaya untuk menutupi atau menghilangkan kekurangannya. Beberapa contoh upaya yang dilakukan, misalnya operasi plastik, olahraga dan diet berlebihan, *grooming*, *skin picking*, dll. Selain itu, penderita BDD juga melakukan hal repetitif seperti membandingkan penampilannya dengan orang lain dan berkaca terus menerus atau menghindarinya sama sekali. Membandingkan bagian tubuh yang tidak disukai atau penampilan fisik dengan orang lain merupakan perilaku repetitif yang paling umum dilakukan oleh penderita BDD, yaitu sebanyak 88% (Philips, 2019).

Body dysmorphic disorder termasuk dalam DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders), kategori gangguan kesehatan mental obsesif-kompulsif. Jika kondisi ini tidak ditangani dengan baik atau dibiarkan berlangsung terus menerus, dapat berkembang menjadi gangguan lainnya seperti *anxiety disorder* & depresi serta berbagai perilaku *self-destructive* (*self-harm*, penyalahgunaan obat, kekerasan, bahkan tindakan bunuh diri).

Sebanyak 1.7%–2.4% populasi umum mengalami *body dysmorphic disorder* (Anxiety & Depression Association of America). Dari segi usia, gangguan ini juga dapat dialami oleh siapapun terlepas usianya, tetapi kondisi ini paling umum dialami oleh remaja menuju dewasa muda. Berdasarkan institusi kesehatan Mitra Keluarga, terdapat lebih dari 150.000 kasus BDD setiap tahunnya di Indonesia dan gangguan ini tergolong ‘*common*’ umum dialami. Berdasarkan riset yang penulis lakukan, di Indonesia belum ada kampanye maupun sosialisasi mengenai BDD bagi masyarakat sehingga pengetahuan dan pemahaman masyarakat Indonesia mengenai gangguan ini masih sangat minim. Oleh karena itu, penulis melakukan perancangan kampanye mengenai BDD untuk masyarakat usia 17–25 tahun, yaitu kategori remaja akhir (Depkes RI) untuk meningkatkan *awareness*, pengetahuan, dan pemahaman masyarakat mengenai *body dysmorphic disorder*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, masalah dalam perancangan ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana perancangan kampanye sosial mengenai *body dysmorphic disorder* (BDD) untuk masyarakat usia 17–25 tahun?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan kampanye sosial ini dibatasi berdasarkan:

1.3.1 Demografis

- a. Usia: 17–25 tahun

Rentang usia tersebut merupakan masa remaja akhir berdasarkan kategori usia menurut Departemen Kesehatan RI (2009). Rentang usia ini ditetapkan sebagai batasan perancangan kampanye karena BDD paling umum dialami oleh remaja dan dewasa muda (National Health Service, 2020).

- b. Jenis kelamin: Laki-laki dan perempuan

- c. Pekerjaan: Pelajar, mahasiswa, pekerja.

1.3.2 Geografis

- a. Negara: Indonesia
- b. Provinsi: DKI Jakarta, Jawa Barat, Banten
- c. Kota: Kota-kota besar, seperti Jabodetabek.

1.3.3 Psikografis & Behavioral

- a. Sering menggunakan media sosial
- b. Memiliki kekhawatiran berlebihan terhadap penampilan fisik
- c. Memiliki kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, terutama penampilan fisik.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan tugas akhir ini adalah merancang kampanye sosial untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat usia 17–25 tahun mengenai *body dysmorphic disorder*.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat perancangan tugas akhir ini dibagi menjadi tiga bagian: manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan bagi universitas.

- 1) Bagi penulis, tugas akhir ini akan menambah wawasan penulis mengenai *body dysmorphic disorder* dan menambah pengalaman dalam merancang suatu kampanye sosial. Selain itu, penulis juga dapat menerapkan teori-teori desain yang telah dipelajari selama masa perkuliahan secara langsung.
- 2) Bagi orang lain, penulis berharap pembaca akan memperoleh informasi dan pemahaman mengenai *body dysmorphic disorder*. Selain itu, jika ada pembaca yang menyadari bahwa mereka mengalami kondisi ini diharapkan dapat menanganinya dengan benar agar tidak berkembang menjadi gangguan kesehatan mental lainnya.
- 3) Bagi universitas, tugas akhir ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan tambahan dan referensi bagi mahasiswa-mahasiswi lainnya yang ingin meneliti atau membahas mengenai *body dysmorphic disorder*.