

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan informasi yang pesat seiring dengan kemajuan zaman memiliki dampak signifikan, terutama bagi kalangan muda. Perkembangan ini tidak hanya mempengaruhi gaya hidup, tetapi juga berimbas pada sektor pekerjaan di Indonesia, dengan munculnya fenomena yang dikenal sebagai “*Gig money*”. Secara garis besar, *gig money* merujuk kepada mekanisme yang memungkinkan sebuah perusahaan dapat mempekerjakan pekerja dalam jangka pendek (Zulfani, 2024). Generasi muda, khususnya Generasi Z, semakin tertarik pada mekanisme kerja *gig money* karena memberikan prioritas pada fleksibilitas, produktivitas dan keterampilan dalam bekerja (Ai Group, 2016). Menurut Survei yang dilakukan oleh Angkatan Kerja (Sakernas) jumlah pekerja sektor informal di Indonesia mencapai 84,13 juta pada bulan Februari 2024 dan menurut Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) sebagian dari populasi pekerja *gig money* di Indonesia tercatat 44,35% adalah generasi Z yang bekerja di sektor informal. Generasi Z, yang sering disebut sebagai generasi yang kaya akan ide-ide baru dan cara pandang yang unik, memiliki minat yang tinggi terhadap aktivitas kreatif. Sebesar 63% generasi Z di Indonesia memiliki ketertarikan dalam bekerja di bidang kreatif karena memiliki potensi lebih besar (Poll, 2020).

Namun pekerjaan ini terutama dalam industri kreatif ternyata memberikan dampak kepada kesehatan mental para generasi Z. Menurut hasil penelitian oleh Rahmawati (2023) yang merupakan seorang peneliti Bidang Sosial The Indonesian Institute (TII) menyatakan bahwa pekerja lepas atau *gig worker* cenderung mengalami masalah kesehatan mental yang lebih serius dibandingkan karyawan tetap. Sebanyak 82% dari mereka mengalami gangguan kesehatan mental yang seringkali dialami oleh pekerja *gig*. Hal ini diperkuat oleh Adijaya (2023) seorang peneliti di Bidang Ekonomi The Indonesia Institute (TII) berpendapat bahwa kurangnya jaminan sosial dan ketidakstabilan jam kerja yang proporsional

merupakan faktor utama yang memicu masalah kesehatan mental pada pekerja lepas. Salah satu permasalahan juga harus diperhatikan dalam sektor gig money di industri kreatif, yaitu persaingan ketat untuk menciptakan desain terbaik yang dipilih oleh industri agar mendapatkan bayaran yang layak. Kondisi ini sering menyebabkan *gig worker* di industri kreatif kerap mengalami stres, *overwork*, serta kesulitan menemukan keseimbangan kerja dan kehidupan, yang dapat mengakibatkan isolasi sosial dan tekanan untuk terus produktif (Maqin, 2021, h.121).

Generasi Z yang tumbuh di era digital dengan akses cepat ke informasi melalui perangkat elektronik, cenderung lebih sering mengonsumsi konten visual dan informasi instan dibandingkan membaca buku fisik dapat memicu kesehatan mental mereka. (Iqbal, 2024). Meskipun demikian, buku tetap memiliki peran penting sebagai sumber pengetahuan mendalam dan inspirasi. Selain itu, buku fisik memberi Generasi Z kesempatan untuk menghindari layar elektronik yang intensif. (Wahyudi, 2023). Dengan menggunakan implementasi teknik *bibliotherapy* kedalam isi konten buku terbukti dapat meningkatkan minat baca Gen Z pada buku cetak (Gustina, Marlina, dan Zulian, 2024).

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi, masih minim buku cetak yang secara khusus membahas tantangan dalam pekerjaan gig money dengan pendekatan komunikasi secara visual, oleh karena itu perancangan buku panduan ini menggunakan ilustrasi dengan menggambarkan peta perjalanan hidup sebagai *gig worker* yang berisikan penjelasan serta solusi dari tahap permasalahan yang akan dihadapi dan mengimplementasikannya menggunakan terapi *bibliotherapy* yang dapat menawarkan perspektif baru dan membawa pembaca untuk keluar dari zona nyaman, bersifat relateable, dan memberikan dukungan emotional dengan menyampaikan bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi masalah. Buku ini dirancang menggunakan prinsip Desain Komunikasi Visual yang menyajikan informasi dengan cara yang menarik, mudah dipahami dan relevan dengan gaya hidup Generasi Z.

1.2 Rumusan Masalah

Didasarkan pada latar belakang yang telah dipaparkan, permasalahan yang ditemukan adalah:

1. Adanya dampak dari pekerjaan *gig money* terhadap kestabilan kesehatan mental pada Generasi Z yang menetapkan *gig money* sebagai pekerjaan diakibatkan fleksibilitasnya.
2. Adanya dampak dari penggunaan gadget terhadap kesehatan mental generasi Z.
3. Kurangnya panduan yang memfokuskan kepada kesehatan mental Generasi Z untuk mendapatkan kesejahteraan dalam bekerja dalam pekerjaan *gig*.
4. Kurangnya kesesuaian visual dengan audiens Gen Z pada buku panduan menjaga kesehatan mental yang diciptakan oleh psikolog dan gelar dokter.

Sehingga penulis memutuskan rumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana perancangan buku yang efektif untuk membantu Generasi Z dalam menjaga kesehatan mental mereka saat mengelola pekerjaan *gig money*?

1.3 Batasan Masalah

Pembatasan dari masalah yang telah diteliti oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Objek Perancangan: Buku sebagai media informasi. Buku panduan yang di cetak dan berisikan ilustrasi singkat yang berfokus pada panduan kesehatan mental bagi Generasi Z dalam konteks pekerjaan *gig money*.
2. Target STP: Target merupakan Generasi Z, dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan, rentang usia 19-27 tahun, yang bekerja sebagai *gig worker* di daerah Tangerang. Target audiens memiliki latar belakang pendidikan minimal SMA dan berada dalam kategori sosial ekonomi menengah hingga atas (SES A dan B).

Target yang tertarik dengan topik kesehatan mental & pekerjaan *gig money*.

3. Konten Perancangan: Konten berisikan panduan praktis dan strategi dalam menjaga kesehatan mental bagi *gig worker* Generasi Z. Konten akan disusun dengan prinsip DKV yang menarik secara visual, relevan dan memfokuskan kepada topik seperti *work-life balance*, panduan manajemen waktu & stres, bahaya *overwork*, dan strategi mengelola produktivitas dengan baik dan benar.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Penulis bertujuan untuk menghasilkan sebuah buku panduan yang komprehensif, dirancang khusus untuk generasi Z, guna mengatasi tantangan yang mereka hadapi dalam mengelola pendapatan dari pekerjaan lepas di berbagai sektor industri.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat pembuatan tugas akhir dengan mengangkat topik tersebut adalah:

1. Manfaat Teoritis:
Manfaat dari meneliti topik ini yaitu sebagai usaha memberikan panduan bagi Generasi Z yang mengalami ketidakstabilan kesehatan mental yang disebabkan oleh stres, *overwork*, isolasi sosial, ketidakpastian dalam bekerja, dan sulit mendapatkan bantuan yang sesuai.
2. Manfaat Praktis:
Dari penelitian yang telah di teliti diharapkan dapat menjadi rujukan penting bagi berbagai pihak, terutama bagi dosen, peneliti, dan mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV). Dengan mengangkat topik yang relevan dengan perkembangan zaman, yaitu kesehatan mental Generasi Z dalam konteks *gig money*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi

signifikan dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang desain komunikasi visual, khususnya dalam perancangan buku. Selain itu, penelitian ini juga akan memperkaya arsip universitas dan menjadi sumber inspirasi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.



UMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA