

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Emosi adalah ekspresi perasaan dari dalam diri seseorang dan dapat bersifat positif atau negatif (Rahman dalam Mulyani, 2013, h. 425). Emosi berperan penting dalam merespons berbagai situasi termasuk perasaan sedih, yang muncul sebagai respons terhadap pengalaman yang menyakitkan, kehilangan, atau kesepian (Goleman, 2022, h. 410). Anak-anak sering kesulitan mengekspresikan perasaan sedih, yang dapat menyebabkan frustrasi dan perilaku tidak terkendali (Hapsari, 2024). Mereka menunjukkan kesedihan melalui tangisan atau ekspresi wajah murung (Mulyani, 2013, h. 428).

Kesulitan ini sering disebabkan oleh ketidakmampuan dalam mengelola emosi sedih, termasuk mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengendalikan perasaan. Banyak anak menunjukkan kesedihan dengan menangis atau mengisolasi diri (Mulyani, 2013). Sebanyak 84,4% anak merasa kesulitan menghadapi perasaan sedih (Steyn & Moen, 2019). Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2023) menyatakan bahwa pengelolaan emosi belum sepenuhnya teratasi, yang berdampak pada kesehatan mental anak. Kurangnya media informasi yang efektif memperburuk masalah ini (Ehrlich dalam Thummler, 2022).

Menurut Badan Pusat Statistik (2023), sekitar 60% keluarga di Jakarta memiliki kedua orang tua yang bekerja, sehingga banyak anak ditiptkan kepada pengasuh. Hal ini membatasi waktu orang tua untuk mendukung perkembangan emosional anak, menyebabkan anak-anak kesulitan mengelola emosi, termasuk kesedihan akibat kesepian. Orang tua sering lebih fokus pada aspek akademis daripada perkembangan karakter dan emosional anak (Bill McIntyre dalam Setyanti, 2014). Ketidakhadiran kedua orang tua karena bekerja dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi pada anak-anak, yang dapat memperburuk emosional mereka (Subtianah & Adawiah, 2023, h. 554). Kesepian

adalah perasaan tidak menyenangkan yang muncul ketika seseorang merasa hubungan sosialnya yang tidak memenuhi harapan (Perlman & Peplau dalam Marlies, *et al.*, 2017). Tanpa dukungan dan validasi emosional dari orang tua, anak dapat mengalami masalah perilaku, penurunan harga diri, dan kesulitan membentuk hubungan sehat (Rahma, *et al.*, 2024, h. 03).

Kesepian berkepanjangan dapat menyebabkan luka emosional pada *innerchild*, yang mungkin terbawa hingga dewasa (Septika, 2024). Anak-anak yang kekurangan perhatian dan dukungan dari orang tua sering menunjukkan perilaku tertentu sebagai bentuk ekspresi kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi. Mereka seringkali sengaja membuat keributan, rewel, ngambek, atau menangis untuk menarik perhatian ketika sedang bersama dengan orang dewasa. Sebaliknya, ketika sedang sendiri ada anak yang memilih untuk menyendiri atau menarik diri dari interaksi sosial. (Afifah, *et al.*, 2021, h. 28). Ketika anak merasa kesepian, Mereka merasa seperti dikucilkan, perasaan ini yang dapat merusak harga diri mereka yang dapat menyebabkan perasaan sedih, tidak enak badan, bosan, dan terasing. Masalah kesepian sebelumnya dianggap hanya relevan bagi remaja dan orang dewasa. Namun, penelitian terkini menunjukkan bahwa anggapan ini tidak tepat, karena sebagian anak-anak usia dini juga mengalami perasaan kesepian (MentalHealth, 2024).

Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2023) menekankan pentingnya pengenalan emosi sejak dini. Buku ilustrasi efektif membantu anak memahami dan mengelola emosi, termasuk kesedihan (Masnuna & Zakiyah, 2020, h. 137). Melalui buku ilustrasi, anak dapat memahami alur cerita dari gambar dan menikmati cerita melalui imajinasi mereka, karena anak-anak dapat belajar dengan baik dari ilustrasi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2021). Penulis ingin membuat perancangan buku ilustrasi sehingga ini dapat membantu anak-anak tumbuh menjadi individu yang sehat secara emosional, bukan hanya mengetahui perasaan mereka, tetapi juga mengetahui bagaimana cara mengelola perasaan mereka. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan media pembelajaran yang inovatif dan efektif untuk mendukung perkembangan emosional anak-anak di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan sebelumnya, berikut masalah yang ditemukan:

1. Saat ini, masih banyak anak-anak yang kesulitan untuk mengelola, mengungkapkan, dan melepaskan emosi sedih akibat kesepian yang mereka alami.
2. Masih sedikit media informasi yang membahas tentang cara mengelola emosi sedih pada anak yang kedua orang tuanya sibuk bekerja.

Sehingga penulis memutuskan rumusan masalah sebagai berikut

Bagaimana perancangan buku ilustrasi untuk mengelola emosi sedih pada anak akibat kesepian?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan ini di tujukan untuk anak-anak berusia 5-8 tahun, baik laki-laki atau perempuan, SES A-B, yang berdomisili di Jabodetabek, dengan menggunakan metode *visual storytelling* dengan media buku ilustrasi. Ruang lingkup perancangan akan dibatasi pada desain media informasi yang dapat memberikan informasi tentang pengenalan emosi sedih, bagaimana perasaan sedih dapat muncul ketika orang tua sibuk bekerja dan merasa kesepian, serta langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan anak untuk mengekspresikan dan mengelola perasaan sedih yang mereka rasakan.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan, tujuan tugas akhir penulis adalah membuat perancangan buku ilustrasi untuk mengelola emosi sedih pada anak yang kesepian karena memiliki orang tua yang sibuk bekerja, agar dapat membantu anak untuk mengelola emosi sedih.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Perancangan media informasi untuk mengelola emosi pada anak memiliki berbagai manfaat signifikan.

1. Manfaat Teoritis:

Manfaat penelitian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengelola emosi sedih pada anak melalui media informasi edukatif, seperti buku ilustrasi anak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kekayaan ilmu pengetahuan Desain Komunikasi Visual yang dapat menjadi referensi khususnya bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengembangkan media pembelajaran terkait pengelolaan emosi sedih pada anak.

2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain mengenai pilar informasi Desain Komunikasi Visual (DKV), terutama dalam perancangan buku ilustrasi. Hasil perancangan buku ilustrasi tentang mengelola emosi sedih dapat membantu anak untuk mengenali dan mengelola perasaan mereka dengan cara yang sehat. Buku dengan ilustrasi dan cerita yang menarik dapat membantu ekspresi kerativitas dan ketahanan emosional anak.

