



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

PERANCANGAN KAMPANYE *PSYCHOLOGICAL FIRST AID*
SEBAGAI PENANGGULANGAN *DISTRESS* PADA REMAJA

Laporan Tugas Akhir

Ditulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Desain (S.Ds.)



Nama : Fidya Naya Prianka
NIM : 14120210231
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni & Desain

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG

2018

LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fidya Naya Prianka

NIM : 14120210231

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Seni & Desain

Universitas Multimedia Nusantara

Judul Tugas Akhir:

PERANCANGAN KAMPANYE PSYCHOLOGICAL FIRST AID SEBAGAI PENANGGULANGAN DISTRESS PADA REMAJA

PRODI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL FAKULTAS SENI & DESAIN

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA

dengan ini menyatakan bahwa, laporan dan karya tugas akhir ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Multimedia Nusantara maupun di perguruan tinggi lainnya.

Karya tulis ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, rumusan dan pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber.

Demikian surat Pernyataan Originalitas ini saya buat dengan sebenarnya, apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan serta ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar (S.Ds.) yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Multimedia Nusantara.

Tangerang, 25 Januari 2018



Fidya Naya Prianka

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Perancangan Kampanye *Psychological First Aid* Sebagai Penanganan *Distress* Pada Remaja

Oleh

Nama : Fidya Naya Prianka

NIM : 14120210231

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Seni & Desain

Tangerang, 25 Januari 2018

Pembimbing



Mohammad Rizaldi, S.T., M.Ds.

Penguji

Ketua Sidang



Erwin Alfian, S.Sn., M.Ds.



Chara Susanti, M.Ds.

Ketua Program Studi



Mohammad Rizaldi, S.T., M.Ds.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas rahmat Tuhan YME sehingga laporan tugas akhir yang berjudul “Perancangan Kampanye Psychological First Aid Sebagai Penanggulangan Distress Pada Remaja” ini dapat selesai. Tak lupa penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Moh. Rizaldi S.T., M.Ds. selaku Ketua Program Studi dan selaku Dosen Pembimbing saya yang dengan sabar telah membimbing saya hingga saat ini.
2. Kepada para narasumber terhormat yakni dr. Jap Mustopo Baktiar, SpKJ selaku ketua Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) Cabang Banten, Benny Prawira selaku ketua Komunitas Into The Light, dan Jonassah Schliephake Msc. Jonassah selaku Praktisi Ilmu Psikologi yang telah meluangkan waktunya untuk melakukan wawancara dan pengumpulan data.
3. Teman-teman SMKN 1 Kota Tangerang yang sudah meluangkan waktunya sewaktu melakukan FGD
4. Teman-teman seperjuangan tugas akhir, Annisa Cahyani, Joanna Kartika, Kevin L. A., Ci Ate, Ci Apoy, Heribertus Cakra dan lainnya, terimakasih sudah memberikan support untuk Penulis.
5. M. Arif Adiwibowo atas dukungan dan supportnya, terimakasih atas doa, semangat, diskusi dan tukar pikiran serta saran sehingga penulis lebih kritis dalam menyusun perancangan kampanye ini.

6. Pihak keluarga, Papa, Mama, Nanda, Thariq, Nenek, Mang Lili yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan proposal ini.

Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam penulisan ini, oleh karena itu penulis terbuka terhadap kritik maupun saran, akhir kata semoga proposal ini bisa bermanfaat dan bisa diterapkan kepada masyarakat luas.

Tangerang, 25 Januari 2018

Fidya Naya Prianka



ABSTRAKSI

Meningkatnya pertumbuhan remaja yang mengalami *Distress* belakangan ini menjadi salah satu hal yang menghawatirkan, kebanyakan remaja kesulitan dalam menangani *Distress* karena kurangnya partisipasi masyarakat dalam meluangkan waktu untuk mendengarkan curhat dari penderita *Distress*, selain itu dampak dari *Distress* yang tidak ditangani dengan seharusnya bisa mengakibatkan awal dari depresi yang berkepanjangan hingga bunuh diri, masyarakat khususnya remaja yang seharusnya bisa berperan menjadi pendamping bagi penderita *Distress* terkadang tidak mengetahui *Psychological First Aid* dan bahkan memberikan stigma negatif kepada penderita *Distress* dengan menganggap bahwa kesehatan mental adalah sebuah aib yang memalukan, baik bagi yang mengalami maupun jika dibicarakan, dan stigma negatif terhadap orang yang mengalami *Distress* juga masih bisa ditemukan, oleh karena itu dengan perancangan kampanye *Psychological First Aid* diharapkan masyarakat dapat membantu penderita *Distress* dalam mengatasi problemanya serta meminimalisir stigma negatif mengenai penderita *Distress* di masyarakat umum.

Kata Kunci: *Psychological First Aid, Distress, Kampanye Sosial, Masalah Kejiwaan.*



ABSTRACT

Increased growth of adolescents who experience Distress lately became one of the things that worry, most teenagers difficulty in dealing with Distress because of lack of public participation in taking time to listen to vent from people with Distress, other than that the impact of Distress that is not handled with should be able to lead to the beginning of depression prolonged to suicide, especially adolescents who should be able to act as a companion for Distress sufferers sometimes do not know the Psychological First Aid and even give negative stigma to the sufferer of Distress by assuming that mental health is an embarrassing disgrace both for those who experience and when discussed , and negative stigma against people who experience Distress also can still be found, therefore with the design of the Psychological First Aid campaign is expected to help people suffering Distress in overcoming the problemnya and minimize the negative stigma of Distress sufferers in the general public.

Keywords: *Psychological First Aid, Distress, Social Campaign, Psychological Problems.*



DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT	II
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	IV
KATA PENGANTAR.....	IV
ABSTRAKSI.....	VII
ABSTRACTION	VII
DAFTAR ISI.....	IX
DAFTAR TABEL.....	XVI
DAFTAR BAGAN.....	XVII
DAFTAR LAMPIRAN	XVIII
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Batasan Masalah.....	3
1.4. Tujuan Tugas Akhir	3
1.5. Manfaat Tugas Akhir	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Kampanye Sosial.....	5
2.1.1. Persuasi Dalam Kampanye Sosial.....	5
2.2. Media.....	7

2.2.1. Pemilihan Strategi Media.....	8
2.3. Desain Komunikasi Visual.....	9
2.3.1. Elemen Desain	9
2.3.2. Prinsip Desain	10
2.3.3. Pengaplikasian dan Psikologi Warna.....	13
2.3.4. Penggunaan Tipografi dan Relevansinya Dengan Gambar	15
2.3.5. Penentuan Grid System	16
2.3.6. Penggunaan Illustrasi	18
2.3.7. Penggunaan Illustrasi Pada Poster	21
2.4. Definisi Remaja Untuk Masyarakat Indonesia	24
2.4.2. Penggolongan Remaja.....	24
2.5. Psikologi Abnormal Pada Remaja	25
2.3.1. Jenis Jenis Psikologi Abnormal	26
2.6. <i>Psychological First Aid</i>	27
2.6.2. Tindakan Dalam Psychological First Aid	27
BAB III METODOLOGI	29
3.1. Metodologi Pengumpulan Data.....	29
3.2. Wawancara dengan Ketua PDSKJI Cabang Banten	31
3.2.1. Proses Wawancara	32
3.2.2. Kesimpulan Wawancara.....	33
3.3. Wawancara dengan Ketua Komunitas Into The Light	33
3.3.1. Proses Wawancara	34
3.3.2. Kesimpulan Wawancara.....	35

3.4.	Wawancara dengan Praktisi Ilmu Psikologi	35
3.4.1.	Proses Wawancara	36
3.4.2.	Kesimpulan Wawancara.....	37
3.5.	Studi Pustaka.....	38
3.5.1.	Makalah Seminar <i>Online</i> Unspoken #1 2017	38
3.5.2.	Artikel Berita Online.....	40
3.6.	Observasi dan Focus Group Discussion (FGD)	40
3.6.1.	Analisa FGD.....	43
3.7.	Seminar Luangkan satu menit, mengubah kehidupan.....	44
3.7.1.	Informasi dari Seminar.....	45
3.7.2.	Kesimpulan Seminar	46
3.8.	<i>Talkshow</i>	47
3.8.1.	Isi <i>Talkshow</i>	48
3.8.2.	Kesimpulan <i>Talkshow</i>	48
3.9.	Lembaga Pendukung.....	49
3.10.	Studi Eksisting	50
3.10.1.	<i>Depression: Let's Talk</i>	50
3.10.2.	<i>Mental Health: The Elephant in the Room</i>	52
	BAB IV PERANCANGAN.....	54
4.1.	Konsep Perancangan	54
4.1.1.	Tujuan Perancangan	55
4.1.2.	Strategi Perancangan.....	55
4.2.	Pengembangan Konsep	57

4.2.1.	<i>Mindmapping</i>	57
4.2.2.	<i>Brainstorming</i>	58
4.2.3.	Sketsa Perancangan.....	65
4.3.	Perancangan	67
4.3.1.	Logo	67
4.3.2.	Tipografi.....	69
4.3.3.	Warna	71
4.3.4.	Ilustrasi.....	72
4.3.5.	Video	74
4.3.6.	Media Sosial.....	75
4.3.7.	Website.....	77
4.3.8.	Poster.....	79
4.3.9.	Merchandise	81
4.4.	<i>Media Plan</i>	84
4.5.	<i>Budgeting</i>	85
BAB V	PENUTUP.....	87
5.1.	Kesimpulan	87
5.2.	Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA.....		89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Metode AISAS.....	6
Gambar 2.2. Metode Cross Communication.....	8
Gambar 2.3. Poster kampanye IBM's For Better Planet.....	11
Gambar 2.4. Poster kampanye WWF, Be a Responsible Tourist.....	13
Gambar 2.5. Anatomi Huruf.....	15
Gambar 2.6. Poster kampanye Harvad, Mental Health Awarness.....	16
Gambar 2.7. Manuscript, Modular, Multicolomn, dan Hierarchial Grid.....	18
Gambar 2.8. Contoh Jenis Illustrasi Lukisan.....	19
Gambar 2.9. Contoh Jenis Illustrasi Cetak Tinggi.....	20
Gambar 2.10. Contoh Jenis Illustrasi Sketsa.....	20
Gambar 2.11. Contoh Jenis Illustrasi Karikatur.....	21
Gambar 2.12. Contoh Jenis Poster Teks.....	22
Gambar 2.13. Contoh Jenis Poster Gambar.....	23
Gambar 3.1. Penulis bersama dengan dr. Jap Mustopo Baktiar, SpKJ	32
Gambar 3.2. Penulis bersama dengan Benny Prawira	34
Gambar 3.3. Penulis bersama dengan Jonassah Schliephake, Msc.....	36
Gambar 3.4. Makalah seminar oleh Fakultas Psikologi Universitas Indonesia....	38
Gambar 3.5. Seminar PFA Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Indonesia	39
Gambar 3.6. Artikel Berita <i>Online</i> oleh sindonews.com	40
Gambar 3.7. Penulis bersama dengan koresponden FGD.....	44
Gambar 3.8. Poster <i>Seminar Luangkan satu menit, mengubah kehidupan.</i>	45
Gambar 3.9. Foto bersama narasumber dan peserta <i>seminar</i>	47

Gambar 3.10. Foto bersama narasumber dan peserta <i>talkshow</i>	49
Gambar 3.11. Logo Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia .	50
Gambar 3.12. Contoh pengaplikasian poster WHO: <i>Let's Talk</i>	52
Gambar 3.13. Contoh pengaplikasian poster <i>Elephant in The Room</i>	53
Gambar 4.1. <i>Mind Map</i> Ruang Untuk Luang	57
Gambar 4.2. <i>Brainstorming</i> Ruang Untuk Luang	59
Gambar 4.3. <i>Brainstorming Distress</i>	60
Gambar 4.4. <i>Brainstorming Distress</i>	61
Gambar 4.5. <i>Brainstorming</i> Konten.....	62
Gambar 4.6. Sketsa Perancangan Logo.....	65
Gambar 4.7. Sketsa Perancangan <i>Poster Dan Layout Web</i>	66
Gambar 4.8. Sketsa Perancangan <i>Video</i>	66
Gambar 4.9. Logo Kampanye (<i>Black and White</i>).....	68
Gambar 4.10. Logo Kampanye (<i>Full Color</i>).....	68
Gambar 4.11. <i>Typeface DK Crowbar</i>	70
Gambar 4.12 <i>Typeface Myriad Pro</i>	70
Gambar 4.13 <i>Typeface Colored Crayon</i>	70
Gambar 4.14 <i>Typeface Devastated</i>	70
Gambar 4.15 <i>Typeface Linostate</i>	71
Gambar 4.16 <i>Typeface Right Chalk</i>	71
Gambar 4.17 <i>Color Palette</i>	72
Gambar 4.18 Contoh simbol yang digunakan dalam poster dan <i>video</i>	73
Gambar 4.19 Illustrasi penggunaan <i>vector</i> pada poster dan <i>video</i>	74

Gambar 4.20. Bagan Alur <i>Video Kampanye</i>	75
Gambar 4.21. <i>Video kampanye Ruang untuk Luang</i>	75
Gambar 4.22. <i>Layout Post Instagram</i>	76
Gambar 4.23. Tampilan <i>Instagram</i> dan <i>Facebook</i>	77
Gambar 4.24. <i>Layout grid website Ruang untuk Luang</i>	78
Gambar 4.25. Tampilan halaman awal <i>website Ruang untuk Luang</i>	78
Gambar 4.26. <i>Layout Poster Menggunakan Multicolumn Grid</i>	80
Gambar 4.27. Seri Poster <i>Ruang untuk Luang</i>	80
Gambar 4.28. <i>Mockup Tshirt Ruang untuk Luang</i>	81
Gambar 4.29. <i>Mockup Jurnal Ruang untuk Luang</i>	82
Gambar 4.30. <i>Mockup Pin Ruang untuk Luang</i>	82
Gambar 4.31. <i>Mockup Sticker Ruang untuk Luang</i>	82
Gambar 4.32. <i>Mockup Tas Canvas Ruang untuk Luang</i>	83
Gambar 4.33. <i>Mockup Mug Ruang untuk Luang</i>	83



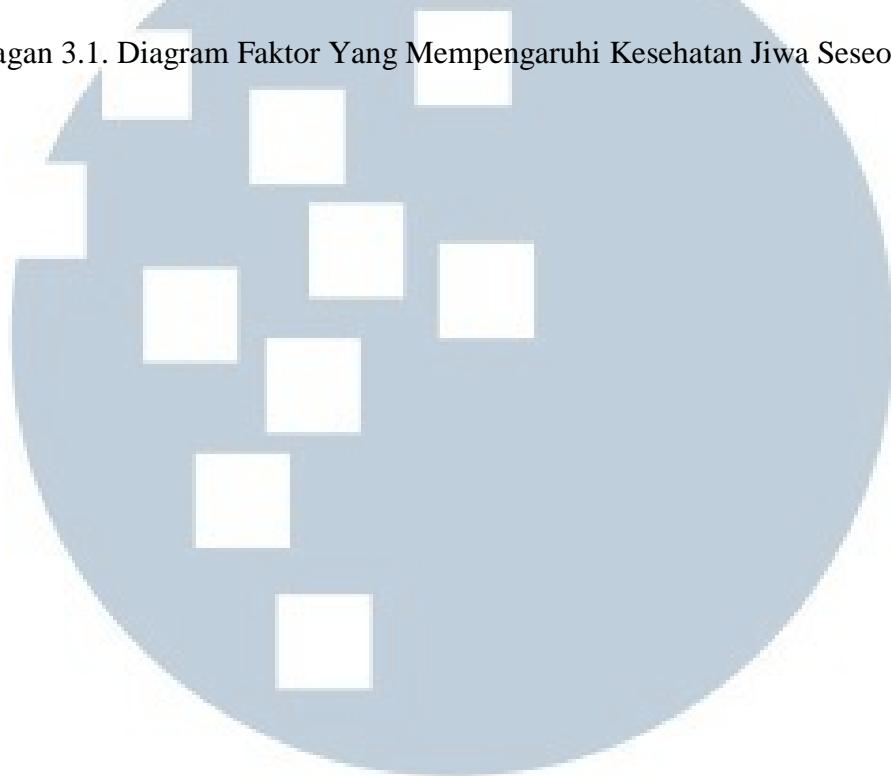
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Rencana Studi Lapangan.....	29
Tabel 3.2. Tabel Hasil Observasi	41
Tabel 3.3. Tabel Pertanyaan Dan Jawaban Forum Group Discussion	42
Tabel 4.1. Strategi Perancangan Media.....	55
Tabel 4.2. Perancangan Media Plan Kampanye.....	86
Tabel 4.3. Perancangan Budgeting Kampanye Ruang untuk Luang	87



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1. Diagram Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Jiwa Seseorang..... **46**



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A: LEMBAR BIMBINGAN	94
LAMPIRAN B: LEMBAR BERKAS PERANCANGAN	95

