

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Depresi diketahui sebagai salah satu gangguan kesehatan mental yang cukup umum dimana penderitanya mengalami gangguan pada pikiran dan emosi yang kemudian menyebabkan penderitanya merasakan kesulitan dalam melanjutkan aktivitas sehari-harinya. Beck dan Alford (2009) menyatakan bahwa seseorang dapat dikatakan sebagai penderita depresi apabila ia merasakan adanya perubahan emosi yang menjadi buruk, pikiran negatif terhadap diri sendiri, ketidakpuasan, menangis, serta hilangnya kegembiraan.

Menurut WHO (*World Health Organization*), terdapat 264 juta orang yang menderita depresi dan membutuhkan penanganan secara psikologis maupun secara medis khususnya bagi penderita depresi berat. Dengan ini depresi dinilai sebagai beban global dan beberapa negara telah mengupayakan berbagai cara untuk mengurangi tingkat depresi di negaranya. Akan hal tersebut dipandang berbeda di negara-negara berkembang dimana mayoritas penduduknya memiliki kemampuan ekonomi menengah ke bawah. Gangguan ini seringkali tidak disadari oleh penderitanya dan tidak dianggap sebagai hal yang membutuhkan perhatian lebih. Banyak orang beranggapan bahwa gangguan mental bukanlah hal yang

serius dan seringkali dikaitkan dengan keimanan seseorang (Sulistiyorini & Sabarisman, 2017).

Berdasarkan laporan dari WHO, ditemukan bahwa di Indonesia terdapat 29,3% orang dewasa awal / dewasa muda yang menderita depresi sedang sedangkan 8,0% menderita depresi berat (Purborini et al., 2021). Diketahui juga bahwa depresi lebih rentan dialami oleh pria (29%) daripada wanita (25,5%). Dan sebagian besar yang menderita depresi merupakan orang-orang yang mengalami *quarter life crisis*. Menurut Thouars (2021) yang merupakan seorang psikolog klinis, krisis ini merupakan krisis identitas yang kebanyakan dialami oleh orang-orang yang berumur 25 hingga 30 tahun. Krisis ini dirasakan ketika beranjak dewasa dan mengalami kebingungan terhadap pengambilan keputusan yang tidak mudah dan dinilai genting bagi masa depan. Ditambah lagi dengan adanya standar dari keluarga dan lingkungan terhadap masa depan yang harus dicapai telah menjadi salah satu faktor penyebab adanya depresi pada kaum dewasa awal. Ketidakmampuan untuk memenuhinya menyebabkan menurunnya kesehatan mental dan akan menimbulkan perilaku-perilaku yang tidak biasa. Apa yang telah direncanakan oleh mereka berbeda dengan kenyataan yang kemudian menyebabkan hilangnya semangat, kecemasan, kebingungan yang berujung pada meningkatnya tingkat stres.

Untuk mengurangi tingkat stres, ada beberapa cara yang dapat dilakukan yang diantaranya adalah dengan mendengarkan musik. Musik disebutkan memiliki manfaat antara lain melancarkan pernafasan, merangsang aktivitas otak, melepaskan hormon yang memberi perasaan gembira, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengurangi tingkat stres (Djohan et al., 2018). Bagi kaum dewasa awal, musik merupakan hal yang kehadirannya dianggap penting. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2019 – 2020 (Q2), ditemukan bahwa dari 266.91 juta jiwa penduduk Indonesia, 197.71 juta diantaranya merupakan pengguna internet. Dan 15,3% diantaranya menggunakan untuk mendengarkan musik *online*. Para kaum dewasa awal merupakan sosok yang tergolong aktif sebagai pengguna internet. Mereka juga termasuk pada golongan yang menggunakan internet untuk mencari hiburan melalui musik.

Menurut Heshmat (2019), secara ilmiah lagu terbukti dapat membangkitkan respon emosi yang kuat. Ketika seseorang mendengarkan musik, sistem hormon Dopamin akan meningkat sehingga memberikan perasaan bahagia dan candu. Rasa nikmat dan candu yang dirasakan ketika mendengar musik adalah bukti bahwa manusia juga memberikan respon secara emosional. Hal ini yang kemudian akan menyebabkan memori secara musikal bersifat tahan lama dibanding memori lainnya. Lalu rasa sedih yang ditimbulkan

dapat dilupakan untuk sementara waktu dengan mendengarkan musik. Pendengar dapat melupakan rasa sakit atau sedih dengan memusatkan fokusnya pada lantunan musik yang indah. Dan lirik lagu yang beresonansi dengan pengalaman pribadi pun dapat membantu menyuarakan perasaan yang tidak dapat disampaikan dengan kata-kata oleh pendengarnya. Dengan ini, musik telah menjadi salah satu hiburan yang dapat memberikan dampak secara psikologis melalui lirik dan lagu yang didengar terutama lagu-lagu *indie* yang berfokus pada lirik dan lagu. Tidak sedikit kaum dewasa awal yang menggemari musisi *indie* seperti Hindia, Payung Teduh, Fourtwnty, Banda Neira, Tradeto dan lainnya. Lirik lagu yang dibuat sepenuhnya dari kreativitas musisi dinilai lebih bermakna karena lagu-lagu tersebut dibuat berdasarkan realita dan kehidupan sehari-hari sehingga dinilai lebih menggambarkan perasaan atau keadaan para pendengarnya.

Lagu karya Tradeto yang berjudul Tentang Masa Depan / Satu Dua Langkah merupakan lagu yang dirilis pada tanggal 12 Agustus 2021. Lagu ini menggambarkan keadaan yang seringkali dirasakan oleh kaum dewasa awal dimana mereka gagal mencapai mimpi dan merasa patah semangat. Diawali dengan penggambaran rasa sedih dan putus asa dan kemudian diselingi dengan kalimat-kalimat hiburan dapat menyentuh perasaan pendengar. Namun akan lebih baik apabila terdapat hal yang merangsang secara visual juga. Salah

satu metodenya adalah dengan menyelipkan animasi dua dimensi. Animasi dua dimensi merupakan animasi dimana objek yang terdapat pada film berupa dua dimensi dan digambar tangan secara tradisional maupun digital. Menurut Vaughan (2011), animasi dapat memberikan kehidupan pada sebuah gambar yang bersifat statis. Dengan menggunakan animasi dua dimensi, penonton dapat lebih mudah merasakan emosi yang dapat berasal dari gerakan atau ekspresi pada karakter. Animasi juga dinilai penting dalam menyampaikan suatu cerita dengan cara yang mudah dipahami oleh berbagai kalangan. Melalui emosi yang terbangun dari cerita yang disampaikan, penonton pastinya akan merasakan keinginan untuk semakin mendalami cerita seakan-akan mereka menjadi bagian dari cerita tersebut. Agar dapat mencapai tujuan tersebut, diperlukan proyek adaptasi dengan menggunakan animasi dua dimensi.

1.2 Identifikasi Masalah

Penjelasan mengenai depresi mayoritas berasal dari dokumenter atau berita dan cukup jarang digambarkan melalui film atau animasi.

- a. Pemilihan *art style* yang tentunya harus sesuai dengan target audiens (dewasa awal).
- b. Penggambaran suasana yang harus benar-benar menunjukkan emosi pada lagu. Hal ini dapat dicapai dengan adanya pengetahuan yang mencukupi terkait gangguan kesehatan mental.

c. Belum adanya animasi dua dimensi untuk lagu tersebut.

1.3 Batasan Masalah

Dalam karya tulis ini, batasan masalah mencakup topik pembuatan klip video musik animasi dua dimensi yang mengadaptasikan lagu karya Tradeto yang berjudul Tentang Masa Depan / Satu Dua Langkah dengan format MP4, dan resolusi 1920 x 1080, serta estimasi durasi empat menit.

1.4 Tujuan

Karya tulis ini bertujuan untuk merancang animasi dua dimensi pada klip video musik yang akan menyinggung isu depresi yang diharapkan dapat menyita perhatian serta membangun kesadaran orang-orang akan betapa seriusnya penyakit tersebut dalam mempengaruhi kegiatan sehari-hari.

1.5 Manfaat

a) Untuk Keilmuan:

Diharapkan bahwa karya tulis ini dapat menjadi referensi baik dalam segi teori dan teknik.

b) Untuk Masyarakat:

Melalui karya tulis ini, diharapkan masyarakat dapat menyadari betapa pentingnya kesehatan mental sehingga tidak lagi menyepelekan gangguan mental seperti depresi atau gangguan kecemasan.