

TUGAS AKHIR

PERANCANGAN VIDEO KONTEN EDUKASI KESEHATAN MENTAL UNTUK REMAJA USIA 17-25 TAHUN

Untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana (S1)



Disusun oleh:

Kharisa Imandina

20052010086

Pembimbing 1:

Aris Sutejo S.Sn., M.Sn.

Pembimbing 2:

Aditya Rahman Yani, S.T., M.Med.Kom.

**PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL
FAKULTAS ARSITEKTUR DAN DESAIN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAWA TIMUR
2024/2025**

HALAMAN PENGESAHAN
PERANCANGAN VIDEO KONTEN EDUKASI KESEHATAN MENTAL UNTUK
REMAJA USIA 17-25 TAHUN

Disusun Oleh
KHARISA IMANDINA
20052010086

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal: 18 November 2024

Pembimbing I



Aris Sutejo, S.Sn., M.Sn.
NIP. 19851106 201903 1002

Pembimbing II



Aditya Rahman Yani, S.T., M.Med.Kom.
NIPPPK. 19810929 2021 211002

Penguji I



Pungky Febi Arifianto, S.Sn., M.Sn.
NIP. 19900202 202203 1008

Penguji II



Diana Agidatun Nisa, S.T., M.Ds.
NIP. 19900611 201803 2001

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Desain (S-1)

Dekan Fakultas Arsitektur dan Desain



Ibnu Sholichin, S.T., M.T.
NIPPPK. 19710916 202121 1004

HALAMAN PERSETUJUAN
PERANCANGAN VIDEO KONTEN EDUKASI KESEHATAN MENTAL UNTUK
REMAJA USIA 17-25 TAHUN

Disusun Oleh:
KHARISA IMANDINA
20052010086

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal: 18 November 2024

Pembimbing I



Aris Sutejo, S.Sn., M.Sn.
NIP. 19851106 201903 1002

Pembimbing II



Aditya Rahman Yani, S.T., M.Med.Kom.
NIPPPK. 19810929 2021 211002

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Desain (S-1)

Koordinator Program Studi Desain Komunikasi Visual



Masnuna, S.T., M.Sn.
NIPPPK. 19840512 2021 212004

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan aspek penting yang bagi setiap individu untuk keberlangsungan hidup yang perlu diperhatikan dan dijaga, baik kesehatan fisik, psikis, maupun sosial untuk mencapai kondisi yang seimbang. Pada usia remaja sangat rentan akan masalah kesehatan mental. Masalah kesehatan mental pada remaja yang paling sering adalah depresi atau kecemasan. Perilaku yang menyimpang untuk menyakiti diri sendiri, akibat kurangnya pemahaman dalam pengelolaan emosi remaja. Para remaja yang belum dapat memvalidasikan perasaan mereka menjadi sulit untuk mengelola emosi. Fenomena tersebut, terjadi pada masa remaja, kurang dapat mengelola stresor psikososial yang berujung pada stress bekepanjangan.

Perancangan ini mengangkat judul “Perancangan Video Konten Edukasi Kesehatan Mental untuk Remaja Usia 17-25 Tahun”. Video konten dipilih karena media yang mudah diakses semua kalangan termasuk remaja. Perancangan video ini untuk mengedukasi remaja mengenai kesehatan mental dalam memahami pengelolaan emosi dan memberikan informasi serta menumbuhkan kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif, yaitu mengumpulkan data primer melalui wawancara dan observasi, serta data sekunder melalui studi literatur. Konsep yang disusun adalah hasil dari analisis *fishbone*, dan 5W+1H yang merupakan Solusi kreatif dari *keyword* “Edukasi Validasi Emosi Remaja” yang telah diterapkan pada desain dalam komponen video konten.

Dalam merancang konsep video konten ini memperhatikan aspek fungsinya mengedukasi remaja yang tidak membosankan dan mudah dipahami. Untuk pendekatan secara emosional dengan cara memberikan *mood* warna sesuai dengan latar situasi. Terdapat penjelasan tentang pengelolaan emosi yang bertujuan untuk mengedukasi bagi remaja tentang pentingnya kesehatan mental diri sendiri dan orang lain. Diharapkan dengan dirancangnya video konten edukasi kesehatan mental dapat memberikan *insight* baru untuk remaja dan pesan yang disampaikan bisa diterima dengan baik.

Kata kunci: Video Konten, Kesehatan Mental, Remaja

ABSTRACT

Mental health is an important aspect for every individual for survival that needs to be considered and maintained, both physical, psychological, and social health to achieve a balanced condition. Adolescents are very vulnerable to mental health problems. The most common mental health problem in adolescents is depression or anxiety. Deviant behavior to harm themselves, due to a lack of understanding in managing adolescent emotions. Adolescents who have not been able to validate their feelings become difficult to manage emotions. This phenomenon, occurring during adolescence, is less able to manage psychosocial stressors that lead to prolonged stress.

This design raises the title “Designing Video Content for Mental Health Education for Adolescents Aged 17-25 Years”. Video content was chosen because the media is easily accessible to all groups including adolescents. The design of this video is to educate adolescents about mental health in understanding emotional management and provide information and raise awareness of adolescents about the importance of maintaining mental health. The research method used is a qualitative method, which collects primary data through interviews and observations, as well as secondary data through literature studies. The concept compiled is the result of fishbone analysis and 5W+1H which is a creative solution from the keyword “Educational Validation of Adolescents Emotions” which has been applied to the design in the video content component.

In designing the concept of this content video, it pays attention to aspects of its function to educate teenagers that are not boring and easy to understand. For an emotional approach by providing a color mood according to the background of the situation. There is an explanation of emotional management that aims to educate adolescents about the importance of mental health for themselves and others. It is hoped that the design of mental health educational content videos can provide new insights for adolescents and the messages conveyed can be well received.

Keywords: *Video Content, Mental Health, Adolescents*

PERNYATAAN ORISINALITAS TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sebesar-besarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, naskah dalam laporan Tugas Akhir ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk mendapatkan gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak ada pendapat atau karya ilmiah orang lain, kecuali secara resmi dikutip dan disebutkan dalam naskah laporan ini dan telah dicantumkan sumber data dalam daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah ini terdapat unsur plagiasi, saya bersedia laporan Tugas Akhir ini digugurkan dan gelar akademik yang saya peroleh (sarjana) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (UU No. 20 Tahun 2023, pasal 25 ayat 2 pasal 70).

Surabaya, 10 Desember 2024

Yang membuat pernyataan,



Kharisa Imandina

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, segala puji hanya milik Allah SWT, Tuhan alam semesta yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya, sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Perancangan Video Konten Edukasi Kesehatan Mental untuk Remaja Usia 17-25 Tahun”.

Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Desain Komunikasi Visual di UPN “Veteran” Jawa Timur. Selain itu, mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah membantu selama proses penyelesaian tugas akhir ini. Dalam penyusunan tugas akhir ini, mengucapkan terima kasih:

1. Kepada Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW.
2. Kepada Orang Tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan motivasi semangat dan urusan finansial perancangan ini.
3. Kepada Bapak Aris Sutejo, S.Sn, M.Sn selaku dosen pembimbing pertama yang telah membimbing dan membantu memberikan masukan judul perancangan, media perancangan, penulisan jurnal, hingga terselesaikannya laporan tugas akhir.
4. Kepada Bapak Aditya Rahman Yani, S.T., M.Med.Kom, selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan masukan mengenai kerapian dan penulisan jurnal maupun laporan tugas akhir.
5. Kepada Bapak Pungky Febi Arifianto, S.Sn., M.Sn. dan Ibu Diana Aqidatun Nisa, S.T., M.Ds. selaku dosen penguji pertama dan penguji kedua yang memberikan saran serta masukan yang membangun pada perancangan ini.
6. Kepada seluruh Dosen DKV UPN “Veteran” Jawa Timur yang telah memberikan ilmu yang tak ternilai harganya selama proses pembelajaran yang dapat menambah wawasan.
7. Kepada Ibu Frida Tia Rahma, M.Psi., Psikolog dari Yayasan Kuncup Bunga Harapan selaku narasumber yang membantu penyempurnaan naskah.
8. Kepada Ibu Melvi Rosilawati M.Psi, Psikolog dan Ibu Qurrota Ayuni F. M.Psi, Psikolog selaku narasumber dalam perancangan ini.
9. Kepada Ibu Siti Cholifah, S.Sn, selaku narasumber yang membantu dalam validasi motion.
10. Kepada Ariza Lailiyah Rahmadhani, S.Psi., selaku pembicara pada video.

11. Kepada Devi Sulistyaningrum, selaku *talent* pada video dan teman yang memberikan semangat dalam pembuatan video.
12. Kepada seluruh keluarga besar DKV UPN “Veteran” Jawa Timur Angkatan 2020 yang memberikan semangat satu sama lain.
13. Kepada DKV 20 Jombang, yang telah memberikan semangat serta membantu proses perancangan ini.
14. Kepada NCT Dream terutama Jenoo Lee dan Haechan Lee sebagai penyemangat hidup selama mengerjakan perancangan ini.
15. Kepada diri saya sendiri karena tidak menyerah dan tetap melanjutkan perancangan ini hingga selesai.
16. Kepada semua pihak dalam hidupnya penulis yang namanya tidak bisa penulis sebutkan semua, yang secara sadar atau tidak telah membantu penulis dalam mengerjakan perancangan ini.

Dalam perancangan ini, penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir yang masih jauh dari kata sempurna. Namun, dengan perancangan ini dapat melatih komunikasi serta pengaplikasiannya dalam kehidupan sehari-hari terlebih dalam dunia kerja. Penulis berharap semoga perancangan ini dapat memberikan banyak manfaat bagi semua pihak yang membaca.

Surabaya, 10 Desember 2024

Kharisa Imandina

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
PERNYATAAN ORISINALITAS TUGAS AKHIR	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi masalah	3
1.3 Rumusan masalah.....	4
1.4 Batasan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Perancangan	4
1.6 Manfaat Perancangan	4
1.7 Kerangka Perancangan.....	5
BAB II LANDASAN TEORI DAN STUDI EKSISTING	6
2.1 Definisi Operasional Judul.....	6
2.1.1 Video Konten.....	6
2.1.2 Edukasi Kesehatan Mental.....	6
2.1.3 Remaja Usia 17-25 Tahun	6
2.2 Landasan Teori.....	7
2.2.1 Pengertian Kesehatan Mental	7
2.2.2 Prinsip Kesehatan Mental	7
2.2.3 Tujuan dan Fungsi Kesehatan Mental	9
2.2.4 Pengertian Remaja	10
2.2.5 Faktor dan Penyebab Masalah Kesehatan Mental pada Remaja	11
2.2.6 Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja	12
2.2.7 Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja.....	14
2.2.8 Desain Komunikasi Visual	14
2.2.9 <i>Color Grading</i>	16

2.2.10	Pencahayaan (<i>Lighting</i>)	16
2.2.11	Tipografi	17
2.2.12	<i>Layout</i>	20
2.2.13	Video.....	21
2.2.14	Jenis-jenis Shot Video	23
2.2.15	Sudut Pengambilan Kamera.....	24
2.3	Studi Eksisting	26
2.3.1	Studi Eksisting	26
2.3.2	Studi Komparator.....	27
BAB III METODOLOGI DESAIN.....		32
3.1	Metode Perancangan	32
3.2	Objek Perancangan.....	32
3.3	Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.3.1	Data Primer	33
3.3.2	Data Sekunder.....	34
3.4	Teknik Analisis Data.....	35
3.4.1	Analisis <i>Fishbone</i>	36
3.4.2	Analisis 5W+1H	37
3.4.3	Analisis <i>Consumer Journey</i>	40
3.5	Sintesa Data.....	42
BAB IV KONSEP DAN IMPLEMENTASI DESAIN		43
4.1	Perumusan Konsep.....	43
4.1.1	Definisi <i>Keyword</i>	44
4.1.2	Konsep Verbal	44
4.1.3	Konsep Visual.....	53
4.2	Proses Perancangan Video	60
4.2.1	Proses Pra Produksi	60
4.2.2	Proses Produksi.....	61
4.2.3	Proses Pasca Produksi.....	63
4.3	Implementasi Media.....	65
4.3.1.	Media Utama.....	65
4.3.2.	Media Pendukung	67
4.3.3.	Strategi Pemasaran dan Publikasi	71
4.4	Rancangan Anggaran Proyek	73

4.4.1	Tarif Desainer	73
4.4.2	Biaya Produksi Video	74
4.4.3	Biaya Produksi Media Pendukung.....	74
BAB V PENUTUP		75
5.1	Kesimpulan	75
5.2	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....		76
LAMPIRAN		78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Perancangan, 2023	5
Gambar 2. 1 Font Serif, 2023	18
Gambar 2. 2 Font Sans Serif, 2023.....	18
Gambar 2. 3 Font Slab Serif, 2023	19
Gambar 2. 4 Font Script, 2023	19
Gambar 2. 5 Font Dekoratif, 2023.....	20
Gambar 2. 6 Pra Produksi, 2022.....	21
Gambar 2. 7 Produksi, 2022	22
Gambar 2. 8 Pasca Produksi <i>Editing</i> , 2022	22
Gambar 2. 9 <i>High Angle</i> , 2022	24
Gambar 2. 10 <i>Normal/Eye Angle</i> , 2022.....	25
Gambar 2. 11 <i>Low Angle</i> , 2022	25
Gambar 2. 12 <i>Screenshot</i> Video Vania Utami, 2023	26
Gambar 2. 13 <i>Screenshot</i> Video Maudy Ayunda, 2023	28
Gambar 2. 14 <i>Screenshot</i> Video Zahid Ibrahim, 2023	30
Gambar 3. 1 Analisis <i>Fishbone</i> , 2023	36
Gambar 4. 1 Alur <i>Keyword</i> , 2024	43
Gambar 4. 2 Alternatif Judul Video, 2024	45
Gambar 4. 3 Perbaikan Alternatif Judul Video, 2024	46
Gambar 4. 4 Desain Judul Video Terpilih, 2024.....	46
Gambar 4. 5 Cuplikan Video, 2023	53
Gambar 4. 6 Contoh Penerapan Warna pada Video, 2024.....	54
Gambar 4. 7 Font Poppins, 2024	55
Gambar 4. 8 <i>Storyboard</i> , 2024	58
Gambar 4. 9 <i>Editing Offline</i> , 2024	63
Gambar 4. 10 <i>Editing Online</i> , 2024.....	64
Gambar 4. 11 Proses <i>Mixing</i> , 2024	64
Gambar 4. 12 Proses Penambahan <i>Subtitle</i> , 2024	65
Gambar 4. 13 Cuplikan Video, 2024.....	66
Gambar 4. 14 Video Konten, 2024.....	67
Gambar 4. 15 Cuplikan Video, 2024.....	67

Gambar 4. 16 Youtube Shorts, 2024	68
Gambar 4. 17 Buku Notes A5, 2024	68
Gambar 4. 18 <i>Totebag</i> , 2024	69
Gambar 4. 19 Botol Minum, 2024.....	69
Gambar 4. 20 Gantungan Kunci dan Pin, 2024.....	70
Gambar 4. 21 Stiker, 2024.....	70
Gambar 4. 22 Media <i>YouTube</i> , 2024.....	71
Gambar 4. 23 Media Poster, 2024	72
Gambar 4. 24 Media Stiker, 2024	72
Gambar 6. 1 Rokok mahasiswa kedua, 2023.....	78
Gambar 6. 2 Wawancara Psikolog Halodoc, 2023	80
Gambar 6. 3 Wawancara Psikolog, 2023	82
Gambar 6. 4 Wawancara Mahasiswa 1, 2023	83
Gambar 6. 5 Wawancara Mahasiswa 2, 2023	85
Gambar 6. 6 Wawancara Mahasiswa 3, 2023	86
Gambar 6. 7 Validasi Naskah, 2024.....	87
Gambar 6. 8 Validasi Desain Judul, 2024	87
Gambar 6. 9 Dokumentasi Pameran, 2024.....	100

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisis Video	27
Tabel 2. 2 Analisis Video	28
Tabel 2. 3 Analisis Video	30
Tabel 3. 1 <i>What</i>	37
Tabel 3. 2 <i>Who</i>	37
Tabel 3. 3 <i>When</i>	38
Tabel 3. 4 <i>Where</i>	38
Tabel 3. 5 <i>Why</i>	39
Tabel 3. 6 <i>How</i>	39
Tabel 3. 7 Analisis <i>Consumer Journey</i>	40
Tabel 4. 1 <i>Storyline</i>	47
Tabel 4. 2 <i>Shot list</i>	61
Tabel 4. 3 Tarif Desainer	73
Tabel 4. 4 Biaya Produksi Video.....	74
Tabel 4. 5 Anggaran Media Pendukung.....	74