

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Umumnya manusia melewati fase kehidupan dengan tugas perkembangan yang harus dipelajari dan diselesaikan pada setiap fase (Hurlock, 1997; Alkatiri & Aprianty, 2024). Papalia dan Feldman mengatakan dalam masa peralihan dari remaja menuju dewasa ini dianggap krusial dan penting, dimana hal itu ditandai dengan hidup mandiri (Alkatiri & Aprianty, 2024). Pada masa kini, seseorang mulai mengeksplorasi dirinya lebih dalam pada pendidikan, karir, hidup mandiri dari orang tua, bahkan membina hubungan dengan lawan jenis. Eksplorasi ini menghadapkan para individu pada banyaknya perubahan-perubahan yang berdampak pada perasaan yang mengganggu atau tidak nyaman dalam diri sehingga mengakibatkan ketidakstabilan emosi (Nugsria et al., 2023). Hal ini adalah fase krisis psikososial yang dinamakan “intimasi vs. isolasi”, yang sering terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun. Umumnya dalam fase ini, orang kesulitan dalam menjalin hubungan dekat dengan orang lain dan mencoba untuk menghindari rasa kesepian. Fase ini disebut dengan *quarter life crisis*, yang umumnya terjadi antara usia 18 hingga 30 tahun (Erikson, 1994; Ratih et al., 2024).

Ketidakstabilan emosi dapat mengakibatkan perbedaan respon terhadap tiap-tiap individu. Hal tersebut dapat terjadi karena merasa tertantang dengan kondisi kehidupan baru yang sebelumnya belum pernah dirasakan, tetapi disisi lain ada yang merasakan kecemasan, tertekan dan hampa (Nash & Murray, 2010; Nugsria et al., 2023). Perkembangan zaman kini terutama dalam bidang teknologi membuat setiap generasi unik (Schmitt, 2024; Ratih et al., 2024). Generasi Z menghadapi berbagai tantangan, yaitu tekanan dari lingkungan dan keluarga untuk memenuhi ekspektasi yang sulit diperoleh, resiko mengalami *quarter life crisis*, dan sulit dalam mengatur *multitasking*. Peluang mereka terdapat pada kemampuan dalam mengakses informasi secara global, kreativitas, dan inovasi, serta kemampuan beradaptasi cepat terhadap perubahan (Rosyiddin & Afandi, 2023; Ratih et al., 2024)

Menurut data yang diambil dari laman Badan Pusat Statistik, Jumlah Penduduk Indonesia usia 20 hingga 30 tahun berjumlah 44,855 jiwa. Keadaan *Quarter Life Crisis* yang dialami individu pada usia-20 tahun hingga 30 tahun atau biasa disebut generasi z dan generasi millennial menjadi sebuah permasalahan individu yang akan terus dialami (Sari & Prastiti, 2021). Menurut Taren (2006) proses transisi menuju dewasa melibatkan tiga tahap utama yaitu (1) Tahap awal, Individu mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada keluarga, namun masih memiliki

ikatan yang kuat. Mereka mulai percaya pada kemampuan diri dan mulai mencari arah hidup sendiri. (2) Tahap eksplorasi, Individu semakin mandiri, namun masih membutuhkan dukungan finansial dari keluarga. Mereka aktif mengeksplorasi berbagai pilihan hidup, seperti pendidikan, pekerjaan, dan hubungan asmara. Pada tahap ini, individu mulai mencari komitmen yang lebih serius. Tahap 3, biasanya ditandai dengan mulai masuk ke tahapan dewasa muda yaitu pada usia 30 an tahun mereka mulai hidup mandiri, komitmen pada karier, pasangan dan mungkin anak-anaknya.(3) Tahap mandiri, Individu telah sepenuhnya mandiri dan bertanggung jawab atas hidupnya. Mereka fokus pada karier, hubungan, dan mungkin juga membangun keluarga (Papalia & Feldman, 2014; Sari & Prastiti, 2021). Sosial media juga berdampak negatif terhadap kesejahteraan emosional, hal ini ditunjukkan oleh mahasiswa termasuk kekhawatiran akan masa depan, perbandingan diri dengan orang lain, dan kecemasan (Sari & Prastiti, 2021; Alkatiri & Aprianty, 2024). Peran keluarga sangat krusial dalam perkembangan individu, seringkali, individu yang memiliki hubungan kurang harmonis dengan orang tua pada masa remaja (misalnya, orang tua yang terlalu protektif atau sering berkonflik) cenderung mengalami kesulitan dalam mencapai kematangan emosional pada usia 25 tahun (Papalia & Feldman, 2014; Sari & Prastiti, 2021).

Penyebaran beberapa pertanyaan tentang apa yang dialami dari responden dan bagaimana tiap responden menghadapi masalah yang dihadapi. Dari data kuesioner yang telah disebar, sebanyak 50 responden mengisi kuesioner yang telah disebar. Dari kuesioner tersebut, pertanyaan mengenai “apakah Anda sering membandingkan diri sendiri dengan teman sebaya?” menunjukkan 14,8% orang merasakan sangat sering membandingkan diri dengan teman sebaya, 29,6% menjawab sering, dan 37% pernah membandingkan diri sendiri dengan teman sebaya. Pertanyaan mengenai “seberapa sering merasakan gelisah jika melihat pencapaian teman sebaya di sosial media” 10% menjawab sangat sering, 26% menjawab sering, 46% menjawab “pernah”. Pertanyaan mengenai “apakah sering terbebani oleh banyak pilihan?” menunjukkan 51,9% menjawab iya, 22,2% menjawab mungkin, 25,9% menjawab tidak. Pertanyaan mengenai “seberapa sering anda merasakan tidak percaya diri?” menunjukkan 33,3% menjawab sering, 59,3% menjawab terkadang, 7,4% menjawab tidak pernah. Pertanyaan mengenai “apakah Anda merasa terjebak dalam situasi yang tidak anda sukai?” menunjukkan 63% menjawab iya, 37% menjawab tidak. Responden mengatakan kekhawatirannya tentang masa depan ada beberapa faktor, diantaranya ekonomi yang tidak stabil dalam mencukupi diri sendiri maupun calon keluarganya, tidak bisa membahagiakan orang tersayang, karir yang tidak

berjalan mulus, tidak tahu apa yang harus dilakukan, umur, ekspektasi orang lain terhadap diri sendiri dan lain sebagainya.

Beberapa hal di dunia tergantung pada kita, seperti hal yang yang bisa kendalikan kemampuan dalam membuat penilaian seperti motivasi, hasrat, dan keengganan (Long A.A, 2021). Berdasarkan kanal youtube Satu Persen – *Indonesian Life School* media edukasi *life skills* dan psikologi kehidupan yang mengajarkan pelajaran hidup yang tidak diajarkan di sekolah untuk mencapai kehidupan ideal yang semua orang berhak dapatkan, mengatakan dikotomi kontrol yaitu pemahaman soal bagaimana kita dalam kehidupan ini harus bisa membedakan mana hal yang bisa kita kendalikan, dan mana yang tidak. Ketika mencoba untuk mengendalikan hal diluar kendali biasanya tidak begitu berhasil karena rentan membuat kecewa dan individu tidak berdampak langsung. Mengutip perkataan pada video dari Ferry Irwandi, konten kreator yang pernah menjadi PNS di kementerian keuangan dan juga menerapkan sebuah filsafat Stoikisme selama 5 tahun, video yang berjudul “Memahami Filsafat Stoikisme” pentingnya untuk mengendalikan kebahagiaan dan kepuasan dari dimensi internal, bukan eksternal, untuk merasa tenang dan damai dalam menghadapi respons dan reaksi orang lain. Pentingnya mengatasi rasa iri dan dengki serta perilaku konsumtif yang dipengaruhi media sosial. Pengendalian diri dapat menciptakan kebahagiaan dan ketenangan pribadi tanpa terpengaruh oleh pencapaian orang lain.

Perkembangan signifikan dari internet, saat ini membuat sebagian hal menjadi lebih mudah, baik dari segi pencarian informasi, berinteraksi tanpa batasan jarak, dan masih banyak hal lain (G. L. A. K. Putra, 2019). Media sosial memungkinkan penggunanya untuk saling terhubung, berkomunikasi berpartisipasi dan menciptakan berbagai konten dari media yang telah digunakan secara bersama-sama (Pratiwi et al., 2021). Banyaknya media sosial seperti instagram, tiktok, youtube dan lainnya membuat penggunanya dapat mencari dan menemukan berbagai macam informasi, salah satunya informasi edukatif. Youtube merupakan salah satu media yang menyediakan tempat untuk para penggunanya menikmati video yang panjang atau video pendek. Banyaknya konten yang variatif membuat para penggunanya tidak bosan saat menggunakannya. Salah satu konten yang sering dilihat oleh penggunanya yaitu animasi.

Perlunya media edukasi remaja saat mengalami *quarter life crisis* sebagai saluran komunikasi. Media informasi memiliki peran penting sebagai tempat untuk menyampaikan suatu informasi ataupun pesan kepada remaja. Sosial media telah menjadikan dunia baru untuk remaja, terutama dalam berinteraksi satu sama lain. Platform yang sering digunakan yaitu

Instagram, Youtube, Tiktok, dan Twitter. Media sosial juga dapat menunjang pendidikan remaja untuk mempertajam pemahaman materi yang diberikan dengan visual yang mendukung (Riduan et al., 2023).

Animasi memiliki sejumlah media yang digabung menjadi satu, dimana menggabungkan unsur audio dan visual dengan efektif yang dapat menarik audiens untuk memperhatikan (Lestari, 2021; Pratama et al., 2022). *Motion Graphic* adalah teknik visual yang memanfaatkan teknologi animasi untuk membuat gambar-gambar bergerak secara kreatif. Dengan menambahkan suara, gambar-gambar ini disatukan menjadi sebuah karya multimedia yang menarik dan mudah dimengerti (Betancourt, 2020; Firdaus & Nisa, 2023).

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, beberapa masalah dapat diidentifikasi masalah yang didapatkan yaitu:

1. Berdasarkan literatur yang didapatkan, menurut (Nugsria et al., 2023) Terjadi ketidakstabilan emosi saat menghadapi fase transisi menuju dewasa. Umumnya pada fase ini, orang kesulitan dalam menjalin hubungan dekat dengan orang lain. Hal ini ditunjukkan pada data kuesioner, sebanyak 64% responden mengatakan bahwa mereka merasa terjebak dalam situasi yang tidak disukai.
2. Berdasarkan hasil data kuesioner dengan jumlah 50 responden, mereka mengatakan bahwa mereka merasakan gelisah saat melihat pencapaian teman sebaya di social media. Hal ini ditunjukkan dengan 10% mengatakan sangat sering, 26% mengatakan sering, dan 46% mengatakan pernah. Media sosial dapat berpengaruh negatif seperti munculnya perilaku konsumtif, kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain
3. Berdasarkan hasil data kuesioner dengan jumlah 50 responden, 92,6% responden mengalami masalah kepercayaan diri, 51,9% responden merasa terbebani oleh banyaknya pilihan, 63% responden merasa terjebak dalam situasi yang tidak disukai.
4. Menurut data dari Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk Indonesia usia 20 hingga 30 tahun berjumlah 44,855 jiwa. Menurut (Sari & Prastiti, 2021) keadaan *quarter life crisis* yang dialami menjadi sebuah permasalahan individu yang akan terus dialami. Menurut (Riduan et al., 2023) bahwa perlunya media edukasi sebagai komunikasi. konten edukatif yang dapat di akses melalui media sosial tentang pemahaman dikotomi kontrol menggunakan media yang efektif seperti animasi dan *motion graphic*.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Bagaimana merancang video *motion graphic* yang efektif untuk edukasi pentingnya memahami pengendalian diri dalam menghadapi *quarter life crisis*?

### **1.4 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan rumusan masalah, maka diperlukan adanya batasan masalah, perancangan membatasi masalah pada hal-hal sebagai berikut :

1. Materi yang dijelaskan pada video animasi ini membahas tentang cara pengendalian diri dalam menghadapi *quarter life crisis*.
2. Perancangan video animasi ini akan menghasilkan animasi yang mengulas seputar *quarter life crisis* bukan tentang cara mengatasi dampak *quarter life crisis*.

### **1.5 Tujuan Perancangan**

Adanya tujuan perancangan ini yaitu:

1. Membantu remaja dalam menghadapi fase *quarter life crisis*.
2. Meminimalisir dampak merugikan dari *quarter life crisis*.
3. Memotivasi audiens untuk refleksi diri dan mengambil langkah dalam menghadapi tantangan transisi kehidupan.
4. Memanfaatkan animasi, ilustrasi, dan audio yang menarik untuk menjadi konten visual yang ringkas

### **1.6 Manfaat Perancangan**

#### **1.6.1 Bagi Target Audiens**

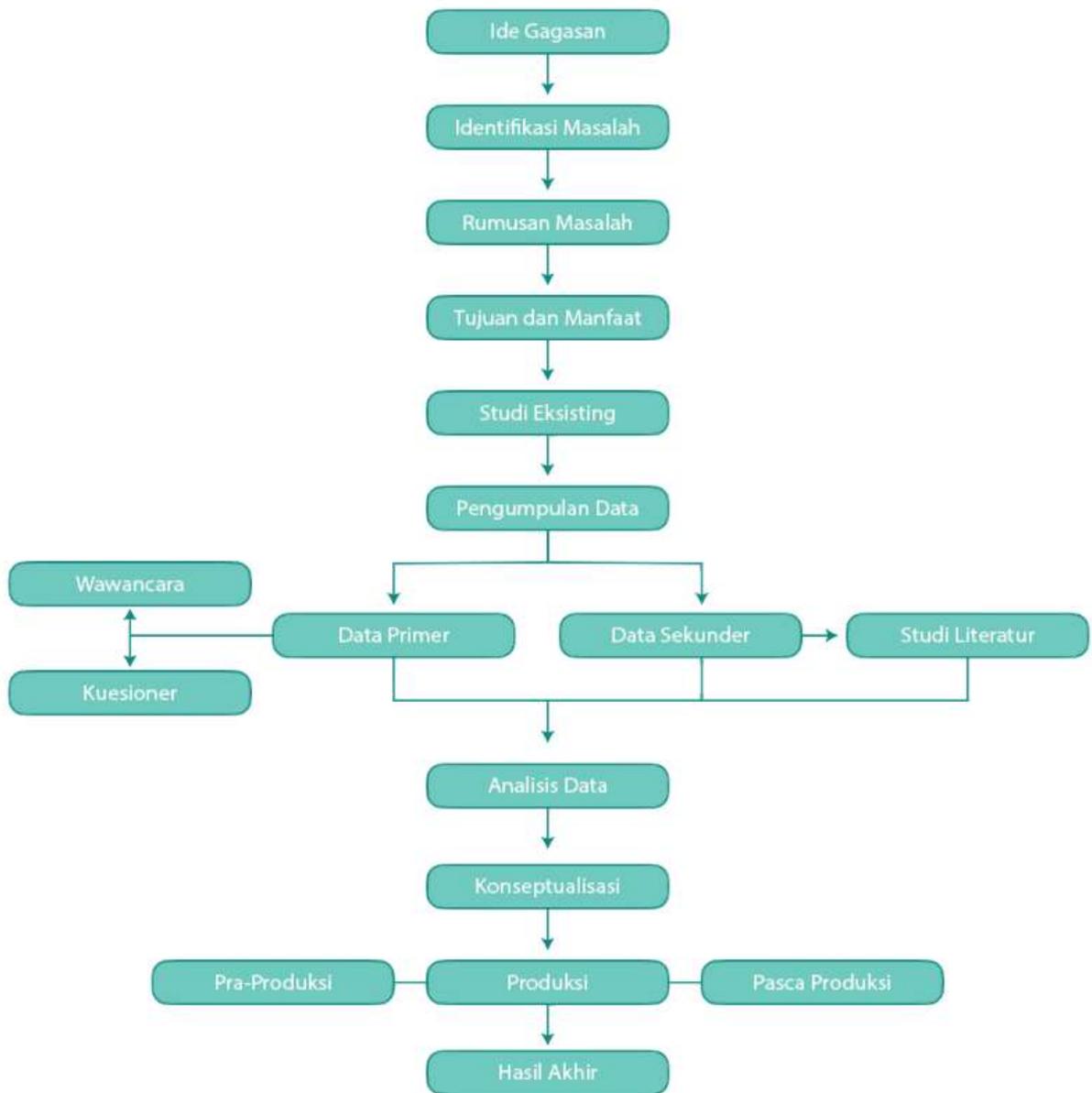
1. Agar audiens dapat memahami dan menghadapi fase *quarter life crisis* dengan pengendalian diri.
2. Agar dapat membantu audiens untuk mengelola diri sendiri dengan lebih baik pada fase *quarter life crisis*.
3. Agar mampu menjadi media edukasi dalam membangun kesiapan dalam menghadapi *quarter life crisis*.

#### **1.6.2 Bagi Penulis**

1. Memperdalam pengetahuan tentang pengendalian diri.

2. Pengembangan diri dalam menciptakan video *motion graphic* dan komunikasi yang simpatik maupun empatik dan komunikatif
3. Mencerahkan ide gagasan ke dalam media audio visual pada karya video *motion graphic*
4. Melatih kreativitas dalam menyampaikan pesan kompleks melalui visual yang sederhana dan menarik.
5. Proses pembuatan konten bisa menjadi alat introspeksi bagi penulis sendiri dalam menghadapi *quarter life crisis*.

## 1.7 Kerangka Perancangan



Gambar 1. 1 Kerangka perancangan  
(Sumber : Dokumen pribadi)