

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelahiran anak sering dianggap sebagai momen bahagia dalam kehidupan seorang ibu. Namun, tidak sedikit ibu baru yang justru mengalami tekanan psikologis setelah melahirkan. Salah satu kondisi yang kerap terjadi adalah *postpartum blues* /*baby blues*, yaitu gangguan suasana hati yang umumnya dialami oleh ibu pasca persalinan. Gejala *postpartum blues* meliputi perasaan sedih yang berlebihan, mudah menangis, kelelahan ekstrem, hingga kecemasan yang sulit dikendalikan. Postpartum atau masa nifas merupakan periode di mana tubuh wanita, khususnya organ reproduksi, mengalami pemulihan dan kembali ke kondisi sebelum kehamilan setelah proses persalinan. Menurut Farrer (2001), masa nifas berlangsung selama kurang lebih enam minggu atau 42 hari, di mana organ-organ reproduksi perlahan kembali ke kondisi normal sebelum kehamilan. Bobak (2010) juga menyatakan bahwa masa *postpartum* merupakan fase pemulihan fisik, termasuk aktivasi kembali fungsi organ reproduksi dan penyesuaian tubuh terhadap perubahan yang terjadi setelah melahirkan. Dalam fase ini, rahim mengalami kontraksi dan menyusut hingga kembali ke ukuran semula, sementara perubahan hormonal secara bertahap mulai stabil.

Minimnya Informasi mengenai kondisi ibu pasca melahirkan merupakan salah satu faktor utama yang meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, mulai dari *postpartum blues*, depresi postpartum, hingga psikosis postpartum. *postpartum blues* adalah fase awal yang umum terjadi pada ibu baru dan ditandai dengan perubahan suasana hati ringan. Namun, jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat berkembang menjadi depresi *postpartum*, bahkan dalam kasus ekstrem menjadi psikosis *postpartum*. Psikosis *postpartum* merupakan kondisi yang lebih parah, ditandai dengan gangguan persepsi dan realitas, seperti delusi dan halusinasi, yang dapat menimbulkan risiko bahaya bagi ibu maupun bayi (Marshall, 2004). Faktor-faktor seperti perubahan hormonal, lingkungan yang kurang mendukung, serta tekanan ekonomi dapat memperburuk kondisi psikologis ibu.

Secara psikologis, wanita mengalami berbagai perubahan signifikan selama masa postpartum. Oleh karena itu, peran tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sekitar sangat penting dalam memberikan dukungan yang memadai. Ambarwati (2010:87) menekankan pentingnya pemantauan kondisi mental ibu pasca melahirkan, untuk mengidentifikasi kebutuhan intervensi lebih lanjut. Gangguan psikologis selama masa postpartum terbagi menjadi tiga kategori, yaitu *postpartum blues*, *postpartum depression*, dan *postpartum psychosis* (Marshall, 2004). Jika gejala *postpartum blues* tidak membaik dalam waktu singkat, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi depresi yang lebih serius ketahap selanjutnya.

Di Indonesia, prevalensi kasus *postpartum blues* pada ibu pasca melahirkan mencapai angka 50–70% (Hidayat, 2014 dalam Qiftiyah, 2018:10). Sementara itu, data dari World Health Organization (WHO) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi *postpartum blues* secara global berkisar antara 3–8%, dengan 50% kasus terjadi pada perempuan usia produktif antara 20 hingga 50 tahun. WHO juga mencatat bahwa sekitar 20% perempuan akan mengalami gangguan kesehatan mental seperti *postpartum blues* pada suatu waktu dalam hidup mereka (Hungtagol, 2019 dalam Yunitasari dan Suryani, 2020:304). Melihat data tersebut, peningkatan Informasi mengenai kesehatan mental ibu pasca melahirkan menjadi hal yang sangat mendesak. Deteksi dini dan penanganan yang tepat dapat mencegah perkembangan gangguan yang lebih serius serta melindungi kesejahteraan ibu dan anak. Sayangnya, kesadaran masyarakat terhadap gangguan mental pasca melahirkan masih tergolong rendah. Minimnya pengetahuan ini disebabkan oleh kurangnya Informasi, stigma terhadap isu kesehatan mental, serta keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan kesehatan.

Di sisi lain, animasi sebagai media komunikasi visual memiliki potensi besar dalam menyampaikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. Animasi dapat memvisualisasikan kondisi emosional dan psikologis yang dialami ibu pasca melahirkan melalui narasi dan karakter yang menyentuh. Namun, pemanfaatan media animasi untuk menginformasikan masyarakat mengenai *postpartum blues* masih sangat minim (Ardian & Munadi, 2016). Animasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media edukatif yang mampu mengurangi

stigma terhadap kesehatan mental ibu, serta mendorong dukungan dari lingkungan sekitar.

Oleh karena itu, perancangan desain karakter dalam animasi berjudul “**Cakrawala**” bertujuan untuk dapat merepresentasikan kondisi emosional dan psikologis ibu yang mengalami gangguan mental pasca melahirkan, seperti *postpartum blues*, depresi postpartum, dan psikosis postpartum. Menurut Abdullah, Ramdhan, dan Sumarlin (2021) Desain karakter jika dirancang dengan baik dapat merepresentasikan latar belakang dan sifat karaktersistik karakter dalam cerita yang nantinya akan membuat para penonton bisa merasakan personalitas serta mengenal karakter tersebut dengan baik. Melalui desain karakter yang relatable dan alur cerita yang menyentuh, animasi ini diharapkan dapat menginformasikan masyarakat dan membangun empati terhadap para ibu, khususnya di kalangan masyarakat yang belum memahami kondisi tersebut.

1.2 Permasalahan

1.2.1 Identifikasi Masalah

1. Minimnya media Informasi dan dukungan orang sekitar ibu *postpartum blues* tentang kepedulian dan cara mengatasi *Postpartum blues* masih tergolong rendah.
2. Perlunya perancangan desain karakter pada Animasi 2D yang merepresentasikan karakter ibu *pospartum blues* dan orang disekitarnya sebagai sarana media informatif.

1.2.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana cara menghubungkan peran masyarakat sosial dan orang-orang di sekitar dalam memberikan pemahaman mengenai karakteristik gejala *postpartum blues* yang dialami oleh ibu pasca melahirkan?
2. Bagaimana perancangan desain karakter dapat merepresentasikan sosok ibu yang berhasil melewati masa *postpartum blues*, serta menggambarkan peran orang-orang di sekitarnya sebagai faktor eksternal yang mendukung proses pemulihannya?

1.3 Ruang Lingkup

Pembatasan masalah dilakukan agar perancangan ini dapat terfokuskan dengan baik. Pembatasan masalah pada prancangan untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apa ? Fokus perancangan berada pada desain karakter tokoh utama “Cakrawala” yang menggambarkan kondisi psikologis ibu yang pernah mengalami *postpartum blues* dan berhasil melewatinya.
2. Siapa ? Target audiens perancangan ini adalah wanita umur 18-27 tahun dan juga memperhitungkan anggota keluarga dan masyarakat sosial yang kurang memahami tentang gejala *postpartum blues*, di mana informasi visual dapat memberikan manfaat signifikan.
3. Di mana ? Penelitian ini difokuskan pada seluruh masyarakat Indonesia, terutama daerah Jakarta Timur dan beberapa kota besar
4. Kapan ? Perancangan dilaksanakan mulai Oktober 2024 sampai dengan April 2025
5. Kenapa ? Karena kurangnya Informasi dan kesadaran masyarakat soasial tentang gejala *postpartum blues* yang sering kali tidak dikenali dan tidak ditangani dengan baik.
6. Bagaimana ? Dengan menggunakan metode perancangan karakter yang *relatable*, alur cerita naskah yang menyentuh, dan visual yang menarik agar dapat mempresentasikan pengalaman dan pencegahan gangguan mental pasca melahirkan.

1.4 Tujuan Perancangan

Berdasarkan dari fenomena dan latar belakang, terdapat tujuan penelitian yang ingin dicapai oleh penulis yaitu :

1. Merancang desain karakter untuk animasi 2D “Cakrawala” yang secara visual dapat merepresentasikan kondisi emosional dan psikologis seorang

ibu yang pernah melewati masa *postpartum blues* serta orang-orang disekitarnya sebagai faktor pengaruh utama.

2. Menjadi media informasi yang efektif untuk meningkatkan dukungan keluarga dan orang sekitar yang diharapkan lebih siap memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada ibu pasca melahirkan, agar mencegah perkembangan gangguan mental yang lebih serius.

1.5 Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan *cara ilmiah* untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Dr.Sugiyono 2013:2). Kemudian pada teknik pengumpulan data merujuk pada proses sistematis yang dilakukan dalam penelitian ilmiah untuk memperoleh data yang diperlukan (Djaman Satori dan Aan Komariah 2011:103). Mereka menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data adalah langkah-langkah yang dirancang secara terstruktur untuk mengumpulkan informasi yang relevan dan valid, yang berfungsi sebagai dasar bagi analisis dan penarikan kesimpulan dalam suatu penelitian.

1.5.1 Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode-metode sebagai berikut:

A. Observasi Partisipasi

Pada observasi partisipasi penulis berperan sebagai *Human Instrumental* dengan teknik pengumpulan data *participant observation* dan *In depth interview* maka peneliti harus berinteraksi dari sumber data. Dengan demikian peneliti dengan salah satu metode kualitatif melalui observasi partisipasi harus mengenal betul orang yang memberikan data (Dr.Sugiyono 2013:11)

Metode Observasi secara tidak langsung dengan memantau interaksi dan dinamika yang terjadi pada ibu pasca melahirkan yang pernah mengalami gejala *postpartum blues*. Penulis hanya bertindak sebagai pengamat pasif, tidak terlibat langsung dalam situasi namun berinteraksi mengobservasi bagaimana ibu-ibu tersebut berinteraksi dengan keluarga, tenaga kesehatan, dan lingkungan sekitarnya, berlaku sebaliknya.

B. Wawancara Semi-terstruktur

Jenis Semiterstruktur sudah termasuk wawancara *In depth interview* di mana dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, di mana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya (Dr.Sugiyono 2013 : 233)

Wawancara akan dilakukan dengan menggunakan teknik semi-terstruktur terhadap ibu-ibu di daerah kota besar yang pernah mengalami gejala *postpartum blues*. Agar dapat mengumpulkan informasi yang mendalam mengenai pengalaman mereka selama menghadapi gejala tersebut, termasuk bagaimana mereka merespons secara emosional dan psikologis. Selain itu, wawancara ini juga bertujuan untuk menggali bagaimana lingkungan sekitar, seperti pasangan, keluarga, atau tenaga kesehatan, memberikan dukungan selama masa tersebut.

C. Studi Dokumen

Studi Dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen dapat berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain (Dr. Sugiyono 2013 : 240). Melibatkan pengumpulan sumber analisis, data yang relevan, seperti literatur ilmiah, jurnal kesehatan, buku, dan artikel dari organisasi kesehatan mengenai *postpartum*

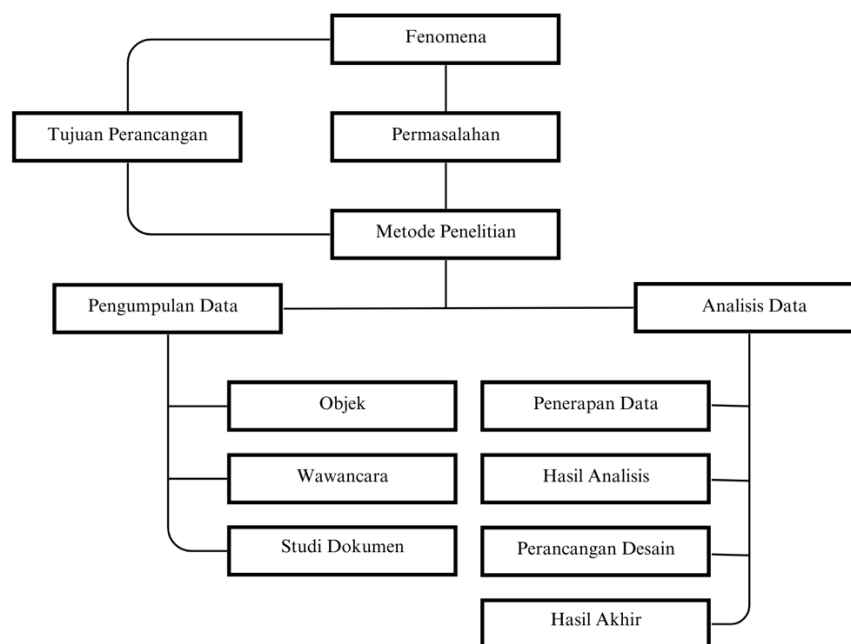
1.5.2 Metode Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengumpulkan dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengelompokkan data ke dalam kategori-kategori, menguraikannya ke dalam unit-unit yang lebih kecil, melakukan sintesis, menyusun pola-pola, serta menentukan data mana yang relevan dan layak dipelajari (Sugiyono 2010:131). Proses ini bertujuan untuk menghasilkan

kesimpulan yang mudah dipahami baik oleh peneliti sendiri maupun oleh orang lain.

Teknik analisis yang akan digunakan adalah Analisis Kualitatif yang bersifat deskriptif, berfokus pada penyebab, penjelasan, serta faktor-faktor yang mendasari topik penelitian. Teknik ini bertujuan untuk menggali lebih dalam dan memahami suatu fenomena tertentu. Biasanya, metode ini diterapkan pada penelitian yang melibatkan data dalam bentuk deskripsi atau yang mengkaji isu-isu terkait fenomena sosial, perilaku manusia, serta aspek-aspek lain yang tidak dapat diukur dengan angka.

1.6 Kerangka Perancangan



Gambar 1.1 Kerangka Perancangan
(Sumber: dokumen pribadi)

1.7 Pembabakan

- **BAB I Pendahuluan**

Memuat informasi tentang latar belakang permasalahan yang memaparkan tentang Fenomena *postpartum blues* yang terjadi di masyarakat namun tidak banyak disadari oleh diri sendiri maupun orang sekitar karena kurangnya informasi. Berdasarkan latar belakang tersebut dirumuskan identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup penelitian, tujuan perancangan, cara pengumpulan data dan analisis, dan kerangka perancangan. Bab ini ditutup dengan pembabakan yang menguraikan secara singkat mengenai apa saja isi masing-masing bab.

- **BAB II Landasan Teori**

Berisi teori-teori sebagai penunjang untuk memecahkan masalah yang telah disampaikan di Bab I. Teori yang akan dicantumkan antara lain teori Desain Komunikasi Visual, Multimedia, dan *Postpartum Blues Depression*. Bab ini ditutup dengan kerangka teori dan asumsi.

- **BAB III Data dan Analisis Data**

Berisi data-data yang dikumpulkan melalui studi dokumen berupa jurnal-jurnal, wawancara, data lapangan, dan analisis karya sejenis. Data-data tersebut yang nantinya akan dianalisis kemudian membentuk Kesimpulan yang akan digunakan untuk perancangan desain karakter.

- **BAB IV Konsep dan Hasil Akhir**

Memuat konsep perancangan desain karakter berdasarkan teori dan data yang telah dianalisis.

- **BAB V Penutup**

Berisi kesimpulan dari hasil perancangan yang berasal dari teori yang telah dipelajari dan data yang telah dianalisis. Serta berisi saran yang dapat dilakukan untuk memperbaiki perancangan menjadi lebih baik.