

Potensi Komik Web sebagai Media Edukasi *Mental Health* dan *Self-Acceptance* bagi Remaja Laki-laki di Indonesia

Kevin Christian Setiawan¹, Dewi Isma Aryani²

^{1,2}Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Kristen Maranatha, Bandung
Email: ¹1764002@art.maranatha.edu, ²dewi.ia@art.maranatha.edu

Abstrak: Pemahaman mengenai gambaran diri atau citra tubuh seseorang sudah ada sejak dulu, namun hal-hal tersebut dianggap hanya berlaku bagi perempuan saja. Kenyataannya pada laki-laki juga dapat terpengaruh oleh pemikiran destruktif terhadap diri mereka. Seiring perkembangan teknologi melalui keberadaan media sosial dewasa ini, permasalahan terkait citra tubuh seseorang semakin kompleks yang dapat mempengaruhi pikiran dan pertumbuhan mental konsumen media tersebut, terutama bagi para remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan metode glass box yang bertujuan untuk mengedukasi serta meningkatkan *awareness* terhadap isu *body-positivity* dan penerimaan diri remaja laki-laki melalui media komik web. Hasil pengumpulan dan analisis data menggunakan studi pustaka, survei, dan wawancara yang diolah menjadi ide landasan cerita. Adapun gaya gambar yang digunakan berupa ilustrasi ringan dan sederhana supaya mudah dipahami oleh pembaca. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa komik web ini dapat dijadikan media edukasi tentang penerimaan diri para remaja, khususnya laki-laki, supaya dapat berdamai dan menerima diri sendiri dengan segala kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya.

Kata kunci: citra tubuh, edukasi, komik web, penerimaan diri, remaja laki-laki.

Abstract: Understanding one's self-image or body image has long existed, but these concepts were previously thought to be only relevant to women. The truth is that guys can also have self-destructive thoughts. The complexity of body image issues is growing along with technology thanks to the existence of social media, which can affect users' thoughts and mental development, particularly in teens. Through the use of web comics, this research uses quantitative approach with a glass box methodology to educate and raise awareness about the problem of young boys' body-positivity and self-acceptance. The story's foundation was created by processing the findings of data collecting and analysis conducted through literature reviews, questionnaires, and interviews. Light and straightforward drawings are employed in the picture style to make it easier for readers to understand. It follows that this web comic can be utilized as a teaching tool about guys' self-acceptance so that they can be at peace with and accept themselves with all of their strengths and shortcomings.

Keywords: body image, education, self-acceptance, teenage boys, web comics.

PENDAHULUAN

Pemahaman mengenai citra tubuh seseorang sudah ada sejak zaman dahulu. Hal ini berkaitan dengan persepsi cara pandang atau penilaian yang diberikan oleh seseorang terhadap tubuhnya sendiri maupun orang lain (Nurvita, Handayani, 2015). Di masa lalu, isu mengenai citra tubuh seseorang lebih sering dikaitkan hanya untuk perempuan (Arindita, 2020). Namun, seiring perkembangan zaman, laki-laki juga dapat terpengaruh oleh permasalahan ini. Pada saat ini dengan perkembangan teknologi yang juga semakin canggih telah menimbulkan permasalahan baru mengenai citra tubuh. Hal ini dapat dilihat dari mudahnya masyarakat untuk memanipulasi gambar diri mereka agar terlihat sempurna tanpa ada kekurangan. Pemasaran gambar diri yang dianggap sempurna tersebut dapat mempengaruhi pikiran dan pertumbuhan mental bagi konsumen media sosial yang melihat, terutama para remaja.

Menurut pakar ilmu kejiwaan, Octaviani Ranakusuma, (<https://www.antaranews.com/berita/2415953/pakar-psikologi-sebut-usia-remaja-rentan-mengalami-masalah-kejiwaan>, diakses tanggal 13 Oktober 2022) (Yusuf, 2021) menyatakan bahwa remaja pada usia 12-23 tahun mulai rentan mengalami tekanan sosial karena pada usia tersebut merupakan masa-masa saat seseorang sedang mencari dan membentuk jati diri mereka sendiri. Hal ini dapat membawa pengaruh negatif apabila mereka terlalu banyak menggunakan media sosial dan melihat *public figure* dengan penampilan yang dianggap sempurna. Mereka dapat mengalami *insecurity*, tidak percaya diri, dan membenci diri sendiri karena merasa tidak sesuai dengan standar penampilan menurut pandangan masyarakat. Akibatnya kecenderungan yang terjadi adalah mereka menyakiti diri sendiri seperti timbulnya gangguan *eating disorder* ataupun hal lainnya demi mendapatkan penampilan ideal, walau pada kenyataannya dapat membahayakan diri bahkan berakibat fatal.

Banyak sekali orang yang terpengaruh oleh isu ini dan ingin mengubah penampilan mereka, baik secara sadar maupun tidak karena merasa dirinya tidak sesuai dengan standar yang ada. Permasalahan ini terjadi karena banyaknya penggambaran diri sempurna yang tersebar di seluruh media, terutama media sosial, yang setiap harinya dikonsumsi oleh hampir semua orang berbagai kalangan usia. Secara tidak langsung tertanam pemikiran dalam setiap orang bahwa seseorang yang dapat dianggap menarik itu adalah mereka yang memiliki penampilan sesuai dengan standar atau kriteria tersebut. Di Indonesia sendiri, media promosi dari sebuah produk juga jika diperhatikan selalu mengutamakan *talent* atau model berpenampilan menarik yang bertujuan untuk dapat menarik target market (Aryani, 2021a). Oleh karena itu, kesadaran masyarakat mengenai isu *body-positivity* dan penerimaan diri sangatlah penting. Masyarakat, terutama remaja perlu mengetahui bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Setiap orang memiliki bentuk dan *body-type* yang berbeda-beda dan faktor genetik juga dapat mempengaruhi pertumbuhan mereka, sehingga sebagian orang akan sulit untuk mendapatkan penampilan sesuai dengan standar kecantikan seperti disukai kebanyakan orang. Dengan memulai untuk menerima kekurangan diri, maka

seseorang dapat memiliki kualitas hidup yang lebih bahagia dan dapat mencintai diri mereka sendiri.

Body Positivity

Body positivity berawal dari gerakan yang muncul pada zaman Victoria yakni pada tahun 1850an hingga 1890-an. Gerakan ini merupakan awal dari munculnya feminimisme yang pada saat itu disebut *Victorian Dress Reform Movement* atau *Rational Dress Movement*. Gerakan ini bertujuan untuk menentang tren berpakaian bagi perempuan dengan mengenakan korset dan tali pengencang pada tubuh demi mendapatkan gambaran pinggang mungil, yang pada saat itu dianggap sebagai standar kecantikan. *Body Positivity* merupakan sebuah istilah yang digunakan dalam gerakan penerimaan lemak tubuh atau *fat acceptance* secara utuh pada tahun 1960-an (Nurvita, Handayani, 2015). Istilah tersebut kembali muncul pada saat ini sehubungan dengan pentingnya pemikiran untuk memandang positif segala kekurangan dalam diri terhadap tubuh dimiliki. Gerakan inilah yang menjadi awal mula dari gerakan *body positivity*. Pada saat ini, banyak sekali kampanye yang berkembang mengikuti teknologi dan muncul di media sosial (Arindita, 2020). Hal ini bertujuan untuk menjauhkan orang-orang dari pemikiran negatif yang dapat memicu ide untuk melakukan diet ataupun olahraga secara berlebihan yang dapat membahayakan kesehatan tubuh dalam jangka panjang (Rafisna, 2020).

Komik Web

Komik web, atau lebih dikenal dengan *webcomics*, perlahan-lahan telah muncul pada awal tahun 1990an (Eisner, 2000) (McCloud, 2008). Seperti komik-komik lain pada umumnya, *webcomics* terdiri atas kombinasi kata-kata dan gambar untuk bercerita (Rizqi & Albar, 2023). Perbedaan mendasar *webcomics* dengan komik konvensional bentuk fisiknya saja yakni *webcomics* hanya dapat diakses secara *online*. Scott McCloud mengatakan bahwa definisi komik merupakan kumpulan gambar yang terbagi dalam beberapa sekuens, dengan tujuan untuk memberikan sebuah informasi atau suatu respon dari para pembaca (McCloud, 2001). Pernyataan tersebut masih dapat disambungkan dengan pengertian *webcomics*. Namun, Will Eisner mengatakan bahwa komik merupakan sekumpulan dari gambar-gambar yang telah dicetak dan memiliki balon kata untuk membantu dalam menyampaikan sebuah cerita (Eisner, 2000). Di sini disebutkan bahwa komik perlu memiliki bentuk fisik yang telah dicetak, sedangkan *webcomics* tidak memiliki bentuk tersebut sehingga membuktikan bahwa *webcomics* tidak sama dengan komik konvensional (McCloud, 2008).

Pemaparan di atas terkait latar belakang munculnya isu *body positivity* semakin mencuat sejak pandemi COVID-19 terjadi di Indonesia, sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Gimon dkk (Gimon, Malonda, Punuh, 2020) yang menyebabkan stres di kalangan mahasiswa. Stres tersebut diakibatkan adanya kebijakan Pemerintah terkait *social distancing* dan WFH (*work from home*) atau berdiam di dalam rumah. Akibat kebijakan tersebut menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik dan meningkatkan aktivitas makan sehingga dapat memicu kenaikan berat badan serta menyebabkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh atau *body image*. Sayangnya *body positivity* bagi mahasiswa yang tergolong dalam Generasi

Z belum sepenuhnya disadari oleh masyarakat Indonesia karena terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh dan jenis kelamin pria maupun wanita, sebagaimana penelitian Pertiwi dkk (Pertiwi, Balgis, Mashuri, 2020). Dengan demikian, salah satu cara sosialisasi atau penyampaian informasi kepada masyarakat, khususnya remaja pria, terkait *body positivity* adalah melalui merancang media digital dengan pendekatan komik web. Komik web merupakan sebuah media publikasi yang dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan informasi yang lebih mudah dicerna dan diterima oleh pembaca. Komik web menggabungkan teks dan gambar dalam format digital yang dapat diakses melalui gawai, serta mempunyai kekuatan untuk menyampaikan informasi secara populer dan mudah dimengerti (Pramana, 2015).

Berdasarkan ketiga referensi di atas, dapat diketahui bahwa belum ada penelitian yang mengangkat isu *body image* maupun *body positivity* yang difokuskan pada remaja laki-laki. Hal ini menjadikan penelitian ini memiliki kebaruan dibandingkan penelitian sejenis lainnya, dengan melibatkan perancangan sebuah media informasi berupa komik web untuk dapat meyakinkan target remaja laki-laki serta memberikan edukasi kepada masyarakat Indonesia.

METODE

Jenis penelitian menggunakan metode pendekatan *mix-method* dengan pendekatan *glass box* (Usman, 2021) (Afriwan, 2018) (Evan, Natanael, Aryani, 2022) untuk menyelidiki dan mengetahui makna dari masalah sosial atau kemanusiaan (Creswell, 2016) (Wahyudi, Kalbuadi, Pertiwi, 2022). Penelitian *mix-method* dilakukan dengan pendekatan pengumpulan data secara kuantitatif melalui kuesioner/ survey serta hasil olah data wawancara dengan psikolog klinis serta studi literatur untuk menentukan strategi empiris komparatif untuk menentukan konsep perancangan berdasarkan komik bertema sejenis, baik konvensional maupun komik web. Tujuan akhir dari penelitian ini adalah untuk mengedukasi masyarakat Indonesia, khususnya remaja laki-laki terkait pentingnya *mental health* dalam menyikapi *body image* melalui media komik bertema isu *body-positivity* dan penerimaan diri sesuai dengan pengalaman maupun kondisi nyata dalam masyarakat Indonesia dewasa ini. Pengumpulan data awal dilakukan melalui kajian literatur sejalan dengan penelitian sejenis yakni tentang komik (Hadi & Mansoor, 2021). Data primer meliputi wawancara dengan psikolog mengenai pemahaman *mental health* dan isu *self-acceptance* pada kalangan remaja. Selanjutnya data informasi dari hasil mengolah kuesioner kepada remaja laki-laki berusia 12-23 tahun, serta studi literatur berupa *motivation quote* dan gambar. Data sekunder penelitian berupa data tambahan pelengkap data primer terutama mengenai tema yang berhubungan dengan topik yang dikaji. Adapun dalam pengumpulan data kuantitatif melalui kuesioner/survey dibatasi pada remaja laki-laki rentang usia 12-23 tahun di wilayah Bandung dan Jabodetabek (Jakarta-Bogor-Depok-Tangerang-Bekasi) dengan pertimbangan kedua wilayah tersebut memiliki gaya hidup khas kota besar yang hampir sama serta memiliki kecenderungan ketergantungan pada gawai dan aktif dalam media sosial mereka. Penelitian ini dibatasi dan difokuskan pada pentingnya pemahaman *body image* remaja laki-laki

dalam masyarakat Indonesia saat ini. Komik web ini dapat menjadi salah satu media publikasi untuk program kampanye *mental health* bagi remaja di Bandung dan Jabodetabek melalui sosialisasi ke sekolah-sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara, kuesioner, dan observasi dari responden dalam *focus group discussion* (FGD) didapatkan hasil bahwa sebagian besar pernah mengalami dan sering menerima komentar negatif mengenai citra diri mereka dari lingkungan sekitar. Hal tersebut mempengaruhi rasa percaya diri, mengurangi *self-love*, serta berpengaruh terhadap kualitas hidup mereka. Sebagian besar responden bersedia menceritakan pengalaman mereka menerima komentar negatif dan dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Kuesioner yang disebar secara *online* kepada 120 responden dengan target remaja laki-laki berusia 12-23 tahun dari beberapa kota di Indonesia (Bandung dan Jabodetabek). Selanjutnya kuesioner diolah dan dianalisis sehingga diperoleh hasil bahwa masih banyak sekali remaja yang belum menyayangi dan menerima segala kelebihan maupun kekurangan diri sendiri oleh sebanyak 51 orang atau 42,5%. Beberapa dari mereka oleh sebanyak 60 orang atau 50% bahkan merasa tidak percaya diri atau menjadi benci terhadap diri sendiri akibat komentar-komentar negatif dari orang-orang di sekitar mereka, terutama keluarga terdekat dinyatakan oleh 78 orang atau 65%. Berdasarkan kisah yang dibagikan para responden, kebanyakan dari mereka tidak mampu untuk mengesampingkan komentar negatif tersebut sehingga terus hidup dalam penolakan, rasa sakit hati, hingga berkeinginan untuk mengakhiri hidup. Responden juga mengharapkan sebuah *webcomics* yang mengangkat isu mengenai kesehatan mental, dengan visualisasi penuh warna namun tetap sederhana karena membaca cerita atau komik bagi mereka merupakan salah satu bentuk hiburan oleh sebanyak 94 orang atau sekitar 78%.

Selain kuesioner, *in-depth interview* juga dilakukan dengan psikolog klinis, Dyah Larasati, M. Psi. Menurut beliau, pada saat ini dengan cepatnya pertumbuhan yang dialami oleh remaja dan juga peningkatan *self-awareness* akan *body image* mulai membuat para remaja lebih memperhatikan tubuh mereka. Sebagian dari mereka mulai intens melakukan kegiatan fisik dan menjaga pola makan supaya memiliki tubuh yang ideal. Namun, ada pula dari mereka yang malah mengalami tekanan mental atas kekurangan dari diri maupun fisik mereka, baik pengaruh lingkungan sosial, keluarga, teman, maupun dirinya sendiri. Dengan diberlakukannya *social distancing* pada masa pandemi COVID-19, remaja cenderung memiliki keterbatasan kemampuan bersosialisasi atau berinteraksi secara langsung dengan orang lain serta penurunan tingkat fokus yang cukup signifikan. Sehingga banyak remaja yang lebih mudah tersinggung, menyerah, dan mengeluh atas suatu hal yang sebetulnya merupakan sebuah masalah sederhana. Pada dasarnya, rasa inferior atau *insecurity* terhadap sesuatu yang “lebih” dari apa yang mereka miliki merupakan suatu hal yang wajar bagi seorang manusia. Apabila hal tersebut diakibatkan dari konten-konten pada media sosial saat ini, maka pembatasan penggunaan media

sosial untuk sementara waktu dapat dilakukan apabila memang hal tersebut mengganggu kesehatan mental pengguna.

Konsep Komunikasi

Gaya komunikasi yang digunakan dalam penciptaan karya komik menggunakan bahasa sehari-hari. Komik ditampilkan dalam bentuk serial singkat yang masing-masing memiliki cerita berbeda, namun tetap membahas mengenai isu *body-image* dan penerimaan diri remaja. Cerita disampaikan dengan menggunakan salah satu dari teori *7 basic plots* (Booker, 2006) dalam bercerita yaitu *rebirth* untuk menceritakan sebuah perubahan (baik positif maupun negatif) yang dialami oleh sang karakter. *Rebirth* dapat diartikan sebagai kelahiran kembali. Sesuai dengan teori ini, maka kisah yang diangkat menceritakan mengenai seorang atau sekelompok karakter yang mengalami perubahan drastis, setelah mengalami suatu kejadian yang kemudian menjadi titik balik bagi karakter tersebut. Biasanya karakter tersebut mengalami perubahan menjadi seseorang yang lebih baik lagi dan menemukan *passion* atau cinta yang mereka perlukan.

Masing-masing serial dalam komik menceritakan tentang perjuangan atas *insecurity* dan penerimaan diri seperti: perasaan tidak percaya diri saat pergi ke luar rumah; menjaga penampilan hanya untuk dipuji orang; sengaja membuat diri kelaparan agar berat badan turun; memuntahkan makanan yang telah dimakan; cibiran yang diterima dari keluarga sejak kecil; komentar negatif dari teman-teman yang menurunkan rasa kepercayaan diri; merasa benci atas diri sendiri karena melihat orang lain dengan tubuh yang lebih menarik; merasa putus asa karena tidak dapat menjadi seperti orang lain, berolahraga berlebihan sehingga menyakiti diri sendiri; munculnya depresi berat; pengalaman mencari pertolongan psikolog; pelajaran mengenai cara memegang kendali atas pikiran negatif; filosofi teras; pengalaman mulai beraktivitas di *gym*; penerimaan atas diri seutuhnya; perjuangan untuk berdamai dengan diri sendiri; serta berbagai *self-affirmation* bagi diri sendiri (pembaca) (Darmawan, 2012).

Berdasarkan penggalan isu-isu di atas, maka cerita yang diangkat dalam komik memiliki penokohan yang berbeda setiap episodenya. Hal tersebut dilakukan supaya pembaca, khususnya remaja laki-laki, diharapkan dapat merasakan penggambaran diri mereka melalui wujud karakter yang ada dalam komik, sehingga akan lebih mudah memahami pesan pembelajaran yang disampaikan (Darmawan, 2012).

Konsep Kreatif

Untuk dapat menyampaikan dan memperluas pemahaman masyarakat mengenai pentingnya penerimaan diri dan *body-positivity*, terutama bagi remaja, maka dirancanglah serial *webcomics* pendek yang bercerita mengenai perjuangan seekor Axolotl (binatang fabel) sebagai *supportive hero* dalam menghadapi isu tersebut. Tokoh Axolotl juga menjadi bagian dari judul *webcomics* ini yakni “Axolutely You!” sebagai bentuk permainan kata dari Axolotl dan *absolutely* (arti: sebenarnya) untuk menggambarkan kesan positif dari komik yang mengangkat *self-acceptance* untuk remaja ini. Axolotl sendiri merupakan hewan salamander air yang memiliki kemampuan meregenerasi dirinya sendiri dengan cepat. Kelebihan dan keunikan

bentuk Axolotl itulah sehingga diangkat menjadi tokoh *supportive hero* dalam komik dengan isu *self-acceptance* ini (Aryani, 2021b).



Gambar 1. Logo sekaligus judul *webcomics* yang dirancang
Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

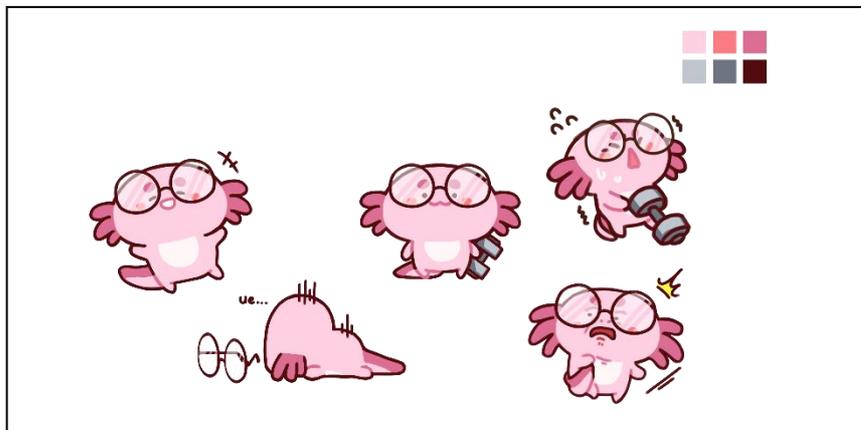
Gambar 1 di atas merupakan judul utama komik web ini sekaligus menjadi logo. Kata “Axolutely You!” yang digunakan merupakan hasil permainan kata dari *absolutely* (berarti: sebenarnya) digabungkan dengan Axolotl (sosok hewan yang menjadi gambaran tokoh dalam komik web ini). Pemilihan warna meliputi gradasi merah muda terang ke gelap serta gradasi biru terang ke gelap. Penggunaan kedua warna tersebut yakni merah muda sebagai representasi dari hewan Axolotl sedangkan biru digunakan untuk menggambarkan kesan maskulin atau sosok laki-laki.

Pada gambar 2 dan 3 berikut ini menampilkan sosok hewan Axolotl versi asli atau sebenarnya (gambar 2) dan penggambaran secara kartun dengan gaya *chibi* (kecil; cebol) khas komik Jepang (*Manga*). Axolotl dalam komik digambarkan secara atraktif dan seolah-olah memiliki kemiripan sifat dengan manusia. Hal tersebut dilakukan karena untuk menyesuaikan dengan target dari perancangan komik web ini yakni untuk remaja laki-laki.



Gambar 2. Tampilan wujud asli hewan Axolotl

Sumber: <https://www.nationalgeographic.com/animals/amphibians/facts/axolotl> (2022)



Gambar 3. Tokoh hewan Axolotl sebagai *supportive hero* dalam komik “Axolutely You!”

Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

Komik dikemas menggunakan ilustrasi, gaya bercerita, dan penggunaan bahasa yang ringan supaya dapat lebih mudah diterima oleh target pembaca. Gaya gambar yang digunakan berupa *simplified imagery* agar tidak mempersulit pembaca dalam menyerap pesan-pesan yang ingin disampaikan dalam *webcomics*. Walaupun sederhana, komik tetap dikemas secara menarik dan lucu (Darmawan, 2012) sehingga diharapkan dapat disukai dan diterima oleh target pembaca, terutama remaja laki-laki. Konsep warna yang digunakan merupakan warna-warna primer, namun diberikan *value* yang sedikit dinaikkan supaya terkesan sedikit pucat atau pastel agar tidak terlalu mencolok, sehingga tetap memberikan kesan hidup dari karakteristik warna aslinya. Adapun *font* yang digunakan dalam perancangan media *webcomics* ini adalah Oduda Bold dan Mungil. Secara keseluruhan, konsep

perancangan komik web tentang pentingnya *body positivity* pada remaja laki-laki ini dilakukan melalui tiga pendekatan utama yakni gaya gambar, pemilihan warna, serta jenis huruf atau tipografi yang sesuai, sebagaimana terangkum dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Konsep Perancangan Media Komik Web
 Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

Elemen Desain	Konsep Desain
Gaya Gambar	Gaya gambar sederhana dengan <i>line-art</i> tebal, penggambaran karakter dibuat semenarik mungkin
Warna	Warna cerah <i>monochromatic</i> yang berbeda setiap episodenya
Tipografi	Penggunaan huruf yang menarik dan berkesan <i>bubbly</i>

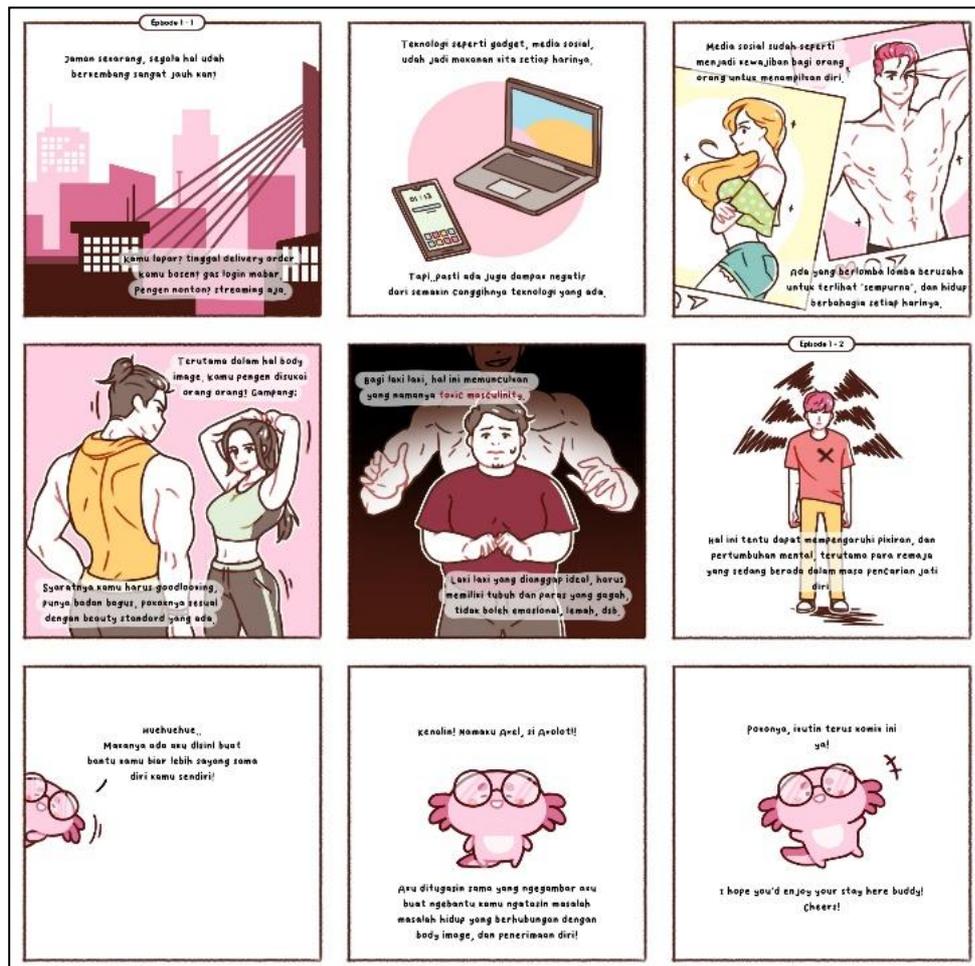


Gambar 4. Font Oduda bold (atas) dan Mungil (bawah) digunakan dalam *webcomics*
 Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

Gambar 4 di atas merupakan dua jenis huruf yang digunakan dalam perancangan komik web yakni Oduda bold (gambar 4 bagian atas) dan Mungil (gambar 4 bagian bawah) dengan kesan seperti menggelembung (*bubbly*) karena untuk menggambarkan *body image full figured* atau *curvy* yang seringkali ditemukan pada usia remaja atau masa pertumbuhan.

Konsep Media

Untuk dapat menyampaikan dan memperluas pemahaman masyarakat mengenai pentingnya penerimaan diri dan *body-positivity*, dipilih media yang cukup digemari target audiens yakni kalangan remaja saat ini yakni komik web. *Webcomics* adalah bentuk lain dari komik cetak yang dapat diakses dengan mudah melalui koneksi internet berupa *website* ataupun aplikasi. Pada umumnya *webcomics* dapat diakses tanpa dipungut biaya, dan pada saat ini media *webcomics* merupakan salah satu media hiburan yang paling populer di kalangan masyarakat seluruh dunia, terutama kalangan remaja. *Webcomics* merupakan media yang paling sesuai untuk menyampaikan pesan edukasi mengenai isu *mental health* maupun *self acceptance* yang sering terjadi di kalangan remaja karena penyampaian ceritanya tidak memerlukan penggunaan animasi ataupun penggambaran berlebihan melainkan cukup menggunakan *still image* (komik). Selain itu, informasi yang diberikan dalam komik tidak memberikan kesan terlalu berat atau ‘menggurui’ melainkan sebagai bentuk hiburan sehingga lebih mudah diterima oleh target audiens (sesuai dengan hasil kuesioner sebanyak 94 orang atau sekitar 78%). *Webcomics* juga menjadi potensi media di era IoT (*internet of things*) seperti sekarang sehingga diharapkan komik web yang mengangkat isu *mental health* dan *self-acceptance* “Axolutely You!” diharapkan dapat memperluas pemahaman dan pengetahuan pembaca mengenai pentingnya penerimaan diri dan menjaga kesehatan mental dengan cara positif. *Webcomics* juga selain relatif mudah diakses melalui *web* atau portal khusus komik, juga dapat disebarluaskan melalui media sosial seperti Instagram, Facebook, Youtube, TikTok, dan lain sebagainya.



Gambar 5. Salah satu cerita dalam webcomics “Axolutely You!” tentang intro isu *body image*
Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

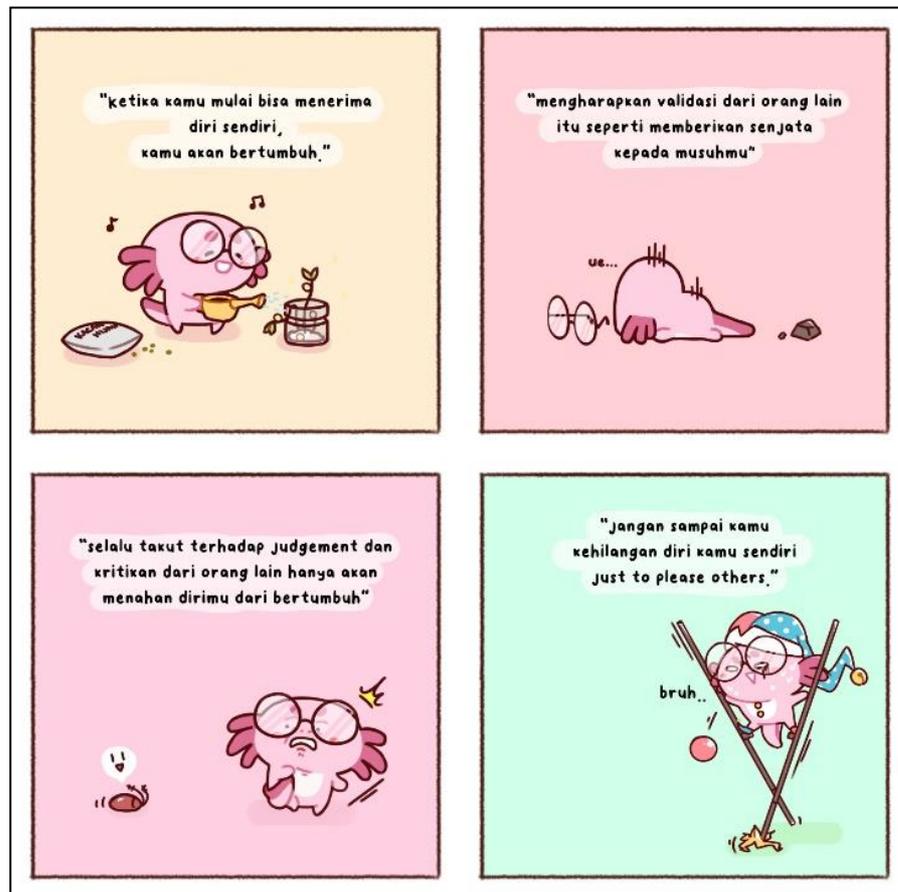
Cuplikan komik “Axolutely You!” pada gambar 5 di atas merupakan intro tentang permasalahan *mental health* dan *self-acceptance* yang sering ditemukan pada remaja. Permasalahan terkait *body image* dan persepsi dari masyarakat terhadap penampilan fisik seseorang masih dapat ditemukan sampai sekarang. Tidak sedikit akibat cibiran dan cemoohan yang dilontarkan terkait kesan fisik seseorang menimbulkan permasalahan yang serius bagi korban yang menerimanya. Oleh karena itu, komik “Axolutely You!” menggambarkan permasalahan tersebut dengan cara yang *fun* namun tetap memiliki nilai edukasi di dalamnya.



Gambar 6. Salah satu cerita dalam *webcomics* “Axolutely You!” tentang isu *social relationship*

Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

Cuplikan komik “Axolutely You!” pada gambar 6 di atas juga mengangkat permasalahan *mental health* dan *self-acceptance* pada remaja, dalam hal ini adalah isu *social relationship*. Bagi remaja laki-laki memiliki komunitas tertentu merupakan salah satu bagian penting dalam fase kehidupan remaja yang sering kali suka mencoba hal baru maupun melakukan hal yang memicu adrenalin. Namun, adakalanya komunitas sosial mereka membawa pengaruh yang kurang baik bagi perkembangan mental remaja, seperti merokok, meminum minuman beralkohol, kebut-kebutan atau balapan liar di jalanan, dan masih banyak lagi yang lainnya.



Gambar 7. Salah satu bagian *webcomics* “Axolutely You!” tentang *daily quotes* berisi nilai-nilai positif
Sumber: dokumentasi Kevin Christian Setiawan (2022)

Pada gambar 7 dari komik “Axolutely You!” di atas menampilkan *daily quotes* yang dapat memberikan afirmasi positif tentang *mental health* dan *self-acceptance* bagi remaja. Tokoh hewan Axolotl sebagai *supportive hero* dalam komik digambarkan layaknya seorang konsultan psikologis pribadi bagi target audiens yang sebagian besar berasal dari kalangan remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terkait isu *mental health* dan *self-acceptance* pada remaja, dapat disimpulkan bahwa masih kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya afirmasi positif terkait gambaran diri atau citra tubuh seseorang dan bahaya akibat permasalahan lainnya terkait gangguan psikologis seseorang, khususnya remaja. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pengetahuan dan *awareness* masyarakat terhadap isu tersebut, diperlukan suatu media yang tepat, populer, dan mudah atau dapat diakses oleh siapapun serta di manapun. Komik web atau *webcomics* merupakan media yang tepat untuk menyampaikan informasi serta mengedukasi masyarakat terkait isu *mental health*

dan *self-acceptance* karena dapat menampilkan gaya ilustrasi, perancangan tokoh, serta konsep cerita maupun warna yang dapat disesuaikan dengan target audiensnya. Perancangan media kampanye sekaligus edukasi berupa komik web ini dapat memberikan informasi sekaligus edukasi kepada remaja laki-laki di kota besar Indonesia terkait pentingnya *mental health* dalam menyikapi *body image* maupun *body positivity*. Diharapkan melalui media komik web ini informasi yang benar mengenai isu tersebut dapat mendorong masyarakat luas untuk mendukung dan berperan aktif di dalamnya. Perancangan komik web ini diharapkan menjadi perspektif baru dan memberikan kontribusi bagi keilmuan DKV sebagai alternatif metode sosialisasi sekaligus edukasi mengenai isu *mental health* di kalangan remaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemicu kelanjutan penelitian sejenis yang lebih mendalam terkait media komik web sebagai salah satu media alternatif untuk menyampaikan informasi yang edukatif. Keterbatasan penelitian ini dalam hal responden kuesioner yang hanya ditargetkan di beberapa kota besar Indonesia seperti Bandung dan Jabodetabek sebagai *sampling*, sehingga media komik web dengan topik *mental health* untuk remaja ini masih belum dapat dibuktikan keberhasilannya bagi responden yang berada di luar wilayah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriwan, H. dan Mila. (2018). *Redesign Sign System Penangkaran Penyu di Pariaman* (laporan tugas akhir). Padang: Prodi DKV UNP.
- Arindita, R. (2020). #BodyProudMums: Promoting Body Positivity through Brand Storytelling on Social Media. *Ultimacomm: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 12(2), 319-341. <https://doi.org/https://doi.org/10.31937/ultimacomm.v12i2.1321>.
- Aryani, D. I. (2021a). KOMODIFIKASI FIGUR IDEAL PEREMPUAN KOREA SELATAN DALAM IKLAN PRODUK INDONESIA, dalam bookchapter Perempuan: Perempuan dan Media Volume 1(1), 87-100. Banda Aceh: SYIAH KUALA UNIVERSITY PRESS.
- Aryani, D. I. (2021b). *Menguak Karakter dan Visualisasi Eevee dalam Franchise Pokemon*. Banyumas: Amerta Media.
- Booker, C. (2006). *The Seven Basic Plots: Why We Tell Stories (1st edition)*. USA: Continuum.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darmawan, H. (2012). *How To Draw Comics, Menurut Para Master Komik Dunia*. Yogyakarta: Plotpoint.
- Eisner, Will. (2000). *Comic & Sequential Art*. Tamarac, Florida: Poorhouse Press.
- Evan, D.M., Natanael, I.N., Aryani, D.I. (2022). Perancangan Konten Digital Edukasi Tentang Anti "Food Waste" Melalui Video Animasi. *dekave: Jurnal Desain*

Komunikasi Visual 12(3), 235-246. DOI:
<https://doi.org/10.24036/dekave.v12i3.117939>.

- Gimon, N.K., Malonda, N. S.H., Punuh, M.I. (2020). GAMBARAN STRES DAN BODY IMAGE PADA MAHASISWA SEMESTER VI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI SELAMA MASA PANDEMI COVID-19. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 9(6), 17-26.
- Hadi, S., & Mansoor, A. (2021). Comic Studies THE POTENTIAL OF WAYANG RAMAYANA R.A KOSASIH COMICS AS A MEDIA (KOMPLEMENTER) OF JUNIOR HIGH SCHOOL LEARNING IN CENTRAL JAVA. *Demandia: Jurnal Desain Komunikasi Visual, Manajemen Desain, Dan Periklanan*, 6(2), 317-342. doi:10.25124/demandia.v6i2.3623.
- Larasati, D. (2022). Psikologi klinis tentang kesehatan mental pada remaja (wawancara pribadi, 20 Oktober 2022).
- Nurvita, V., Handayani, M.M. (2015). Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 4(1), 41-49.
- Pertiwi, V., Balgis, B., Mashuri, Y. A. (2020) The influence of body image and gender in adolescent obesity. *Health Science Journal of Indonesia*, 11(1), 22-26. <https://doi.org/10.22435/hsji.v11i1.3068>.
- Pramana, T. C. (2015). *Pengembangan Media Komik Sebagai Bahan Ajar IPA Materi Hubungan Sumber Daya Alam Dengan Lingkungan Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Pendowoharjo Sleman* (laporan skripsi). Yogyakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Yogyakarta.
- Rafisna, Zevica. (2020). "Apa Itu *Body Positivity*?", diakses dari: <https://yayasanpulih.org/2020/08/apa-itu-body-positivity/>, pada 17 Februari 2022.
- Rizqi, N. A., & Albar, D. (2023). Desain Komik Etika Sosial dalam Lingkungan Budaya Masyarakat Kampung Adat Cireundeu. *DIVAGATRA - Jurnal Penelitian Mahasiswa Desain*, 3(1), 51-70. <https://doi.org/10.34010/divagatra.v3i1.9654>.
- Scott, M. (2001). *Understanding Comics*. Jakarta: Penerbit KPG (Kepustakaan Populer Gramedia).
- Scott, M. (2008). *Reinventing Comics*. Jakarta: Penerbit KPG (Kepustakaan Populer Gramedia).
- Usman, M. (2021). MOTION GRAPHIC WASPADA PENYEBARAN HOAX DI SOSIAL MEDIA. *DEKAVE*, 11(3), 303-311. DOI: <https://doi.org/10.24036/dekave.v11i3.114590>.
- Wahyudi, L., Kalbuadi, G., & Pertiwi, E. (2022). PERANCANGAN ANIMASI 3D IKLAN LAYANAN MASYARAKAT KAMPANYE SOSIAL VAKSINASI COVID-19 DI BANYUMAS. *Demandia: Jurnal Desain Komunikasi Visual, Manajemen Desain, Dan Periklanan*, 7(2), 181-202. doi:10.25124/demandia.v7i2.4595.

Yusuf, M. (2021). “Pakar psikologi sebut usia remaja rentan mengalami masalah kejiwaan”, diakses dari: <https://www.antarane.ws.com/berita/2415953/pakar-psikologi-sebut-usia-remaja-rentan-mengalami-masalah-kejiwaan>, pada 13 Oktober 2022.