

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa, terlebih pada mereka yang berada di tingkat akhir perkuliahan. Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada beragam tekanan mulai dari penyusunan tugas akhir, persiapan kelulusan, hingga perencanaan masa depan pasca kuliah. Tekanan tersebut seringkali menimbulkan gangguan psikologis, salah satunya adalah kecemasan.

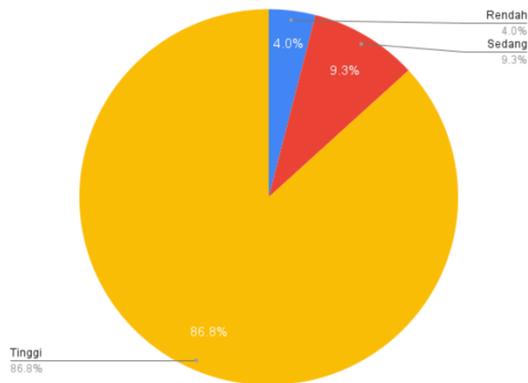
Kesehatan mental mencakup berbagai kondisi yang dapat berwujud dalam banyak jenis, seperti stres, depresi, *burnout*, gangguan panik, hingga isu psikologis lain seperti trauma atau luka batin (*inner child*). Di antara berbagai isu tersebut, gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) menjadi salah satu yang paling umum dilaporkan dan seringkali menjadi fondasi bagi berkembangnya masalah mental lainnya.

Kondisi kecemasan ini dapat dialami oleh berbagai kalangan, terutama pada kelompok usia dewasa produktif seperti pekerja dan mahasiswa. Sebuah penelitian oleh Raihan & Wartono, menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja mental dengan tingkat kecemasan pada karyawan (Raihan & Wartono, 2025). Meskipun demikian, populasi mahasiswa tetap merupakan salah satu kelompok yang sangat rentan dimana mahasiswa tingkat akhir berada dalam posisi yang sangat rentan terhadap kecemasan tersebut. Pada masa menjelang kelulusan.

Kesehatan mental mahasiswa Surakarta menjadi isu penting yang memengaruhi keberhasilan akademik maupun kualitas hidup. Surakarta memiliki sejumlah perguruan tinggi yang menjadikannya salah satu tujuan studi mahasiswa dari berbagai daerah dengan dinamika akademik dan sosial yang kompleks. Tekanan dalam penyusunan tugas akhir, adaptasi lingkungan, hingga persiapan menghadapi dunia kerja menempatkan mahasiswa pada risiko tinggi mengalami gangguan psikologis, khususnya kecemasan.

Penelitian oleh Khoironi et al. memperlihatkan adanya peningkatan prevalensi gangguan mental emosional yang mencakup kecemasan dan depresi di Surakarta dengan data Publikasi Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang menunjukkan bahwa di Jawa Tengah, penduduk usia lebih dari 15 tahun dengan jumlah 67.057 orang memiliki prevalensi gangguan kecemasan sebesar 7,71%. Angka di Surakarta mencapai 5,51%, setara dengan 1.056 penduduk usia lebih dari 15 tahun melalui data publikasi Riskesdas pada tahun 2023 (Khoironi et al., 2023). Temuan tersebut menegaskan bahwa kecemasan menempati posisi dominan dalam persoalan kesehatan mental masyarakat.

Salah satu Penelitian di Universitas Sebelas Maret Surakarta juga menunjukkan tingginya tingkat gangguan mental di kalangan mahasiswa. Setyanto et al. melaporkan bahwa untuk gangguan kecemasan, memperlihatkan hasil yang signifikan dimana mahasiswa mengalami kecemasan kategori tinggi (Setyanto et al., 2023).



Gambar 1. Distribusi tingkat kecemasan mahasiswa UNS (Setyanto et al., 2023)

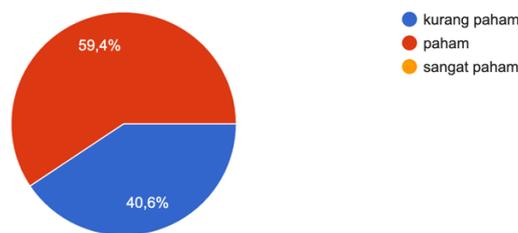
Hasil penelitian Setyanto et al. yang dilakukan terhadap 227 mahasiswa aktif jenjang Strata-1 Universitas Sebelas Maret Surakarta dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Berdasarkan hasil pengukuran tingkat kecemasan, diperoleh bahwa 86,8% atau sebanyak 197 mahasiswa mengalami kecemasan kategori tinggi, sedangkan sisanya berada pada kategori sedang maupun rendah. Temuan ini menegaskan bahwa mayoritas mahasiswa UNS berada pada kondisi rentan terhadap kecemasan, yang dapat berdampak pada kesehatan mental, performa akademik, dan kualitas hidup mereka. Fakta ini menegaskan bahwa mahasiswa Surakarta merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap masalah psikologis.

Berdasarkan Hasil tersebut, dapat dipahami bahwa kecemasan merupakan salah satu gangguan mental yang paling sering dialami mahasiswa, penting untuk melihat bagaimana kondisi nyata terjadi di kalangan mahasiswa di Surakarta. Lingkungan akademik yang penuh tekanan, tuntutan penyelesaian tugas akhir, serta persiapan menghadapi dunia kerja, menempatkan mahasiswa

pada situasi rentan. Melalui pengalaman sehari-hari seperti merasa khawatir berlebihan terhadap tugas kuliah, sulit tidur karena banyak pikiran, atau kehilangan fokus saat belajar, mahasiswa mulai menyadari bahwa kecemasan berdampak langsung pada kehidupan mereka. Dengan pemahaman ini, isu kecemasan tidak lagi dianggap sepele, melainkan persoalan yang memerlukan perhatian dan penanganan khusus.

Sebagai upaya memperkuat pemahaman tersebut, dilakukan survei terhadap 32 mahasiswa di Surakarta yang berasal dari Universitas Sahid, Universitas Sebelas Maret, Universitas Muhammadiyah Surakarta, dan UIN, dengan program studi Desain Komunikasi Visual, Seni Rupa, Ilmu Komunikasi, dan Teknik Mesin. Survei ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kecemasan dirasakan mahasiswa, bagaimana gejala yang muncul, serta strategi yang digunakan untuk mengatasinya.

Menurut penilaian Anda sendiri, seberapa baik Anda memahami apa itu gangguan kecemasan (anxiety disorder)?
32 jawaban

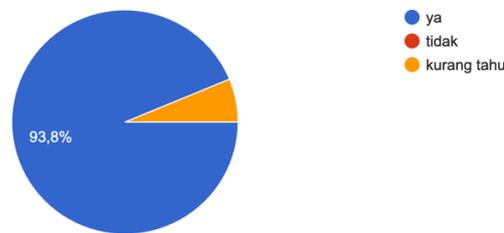


Gambar 2. Pemahaman Mengenai Gangguan Kecemasan Mahasiswa di Surakarta (Sumber: kuisisioner Survei Pemahaman dan Pengalaman Kecemasan di Kalangan Mahasiswa Surakarta_Hasfi Anaz Nizamuddin, 2025)

Hasil survei mengenai tingkat pemahaman mahasiswa terhadap gangguan kecemasan menunjukkan bahwa 59,4% responden menyatakan

paham, sementara 40,6% merasa kurang paham. Tidak ada responden yang merasa sangat paham mengenai isu ini. Dapat disimpulkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa sudah memiliki pemahaman dasar, masih ada sebagian besar yang memerlukan edukasi lebih lanjut untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang gangguan kecemasan secara lebih mendalam.

Menurut Anda, apakah isu kecemasan adalah masalah yang umum terjadi di kalangan mahasiswa di lingkungan kampus Anda? baik dari curhatan teman, obrolan teman, maupun diri anda sendiri.
32 jawaban



Gambar 3. Kecemasan sebagai Isu Umum di Kalangan Mahasiswa di Surakarta (Sumber: kuisisioner Survei Pemahaman dan Pengalaman Kecemasan di Kalangan Mahasiswa Surakarta_Hasfi Anaz Nizamuddin, 2025)

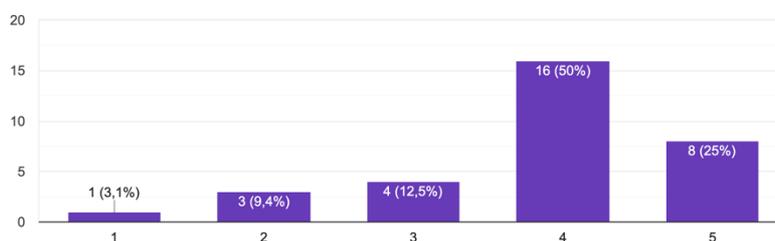
Survei mengenai apakah kecemasan adalah masalah umum di lingkungan kampus menunjukkan hasil yang sangat signifikan. Sebanyak 93,8% responden menjawab “ya”, yang berarti mereka menganggap isu kecemasan sebagai masalah yang lazim terjadi di kalangan mahasiswa, baik berdasarkan pengalaman pribadi maupun pengamatan dari lingkungan sekitar. Hal ini mengindikasikan bahwa kecemasan merupakan isu kesehatan mental yang relevan dan perlu mendapat perhatian serius di lingkungan akademik. Dalam jangka panjang, kecemasan berisiko berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius, sehingga mahasiswa membutuhkan dukungan sosial maupun bantuan profesional untuk mencegah dampak yang lebih luas.

No	Kualitas Tidur	Frekuensi	(%)
1.	Kualitas tidur baik.(≤ 5)	27	36,0
2.	Kualitas tidur buruk (>5)	48	64,0
Total		75	100,0

Gambar 4. Distribusi Karakteristik Responden (Khoironi et al., 2023)

Berdasarkan hasil penelitian Khoironi et al. terhadap hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan universitas kusuma husada surakarta. Mayoritas responden mahasiswa tingkat akhir memiliki kualitas tidur dalam kategori buruk dengan skor > 5 , yaitu sebanyak 48 responden (64,0%), sedangkan kualitas tidur baik hanya ditemukan pada 27 responden (36,0%) (Khoironi et al., 2023). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa menghadapi gangguan tidur selama menyusun skripsi, yang pada gilirannya berdampak pada konsentrasi dan produktivitas akademik mereka.

Sulit tidur atau tidak nyenyak karena terlalu banyak pikiran.
32 jawaban

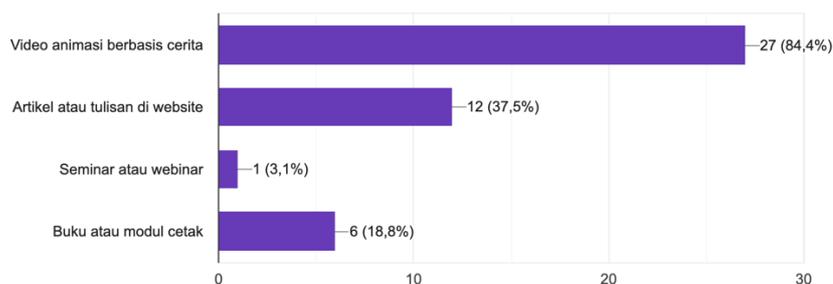


Gambar 5. Gejala Sulit Tidur Mahasiswa di Surakarta (Sumber: kuisisioner Survei Pemahaman dan Pengalaman Kecemasan di Kalangan Mahasiswa Surakarta_Hasfi Anaz Nizamuddin, 2025)

Kondisi ini juga sejalan dengan survei terhadap 32 mahasiswa di Surakarta yang berasal dari berbagai universitas dan program studi. Survei menunjukkan bahwa gejala sulit tidur menjadi salah satu keluhan kecemasan dengan skor rata-rata 4 dari 5 dengan skala sangat jarang ke sangat sering. Temuan ini menegaskan bahwa kecemasan tidak hanya dirasakan secara emosional, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik mahasiswa, khususnya pola tidur mereka. Dengan demikian, kualitas tidur yang buruk pada mahasiswa tingkat akhir dapat dipahami sebagai salah satu konsekuensi dari tingginya tingkat kecemasan akademik. Semakin besar stresor yang dihadapi mahasiswa, semakin sulit pula mereka untuk mendapatkan pola tidur yang sehat, dan pada akhirnya hal ini berpengaruh terhadap penyelesaian tugas akhir maupun skripsi.

Melalui media apa Anda paling tertarik dan nyaman untuk belajar tentang cara mengelola kecemasan? (Anda bisa memilih lebih dari satu)

32 jawaban



Gambar 6. Media Edukasi yang Diminati Mahasiswa di Surakarta
(Sumber: kuisiонер Survei Pemahaman dan Pengalaman Kecemasan di Kalangan Mahasiswa Surakarta_Hasfi Anaz Nizamuddin, 2025)

Berdasarkan survei terhadap 32 mahasiswa di Surakarta, mayoritas responden menyatakan bahwa media edukasi yang paling menarik dan nyaman untuk mempelajari cara mengelola kecemasan adalah video animasi berbasis

cerita, dengan jumlah 27 responden (84,4%). Pilihan lainnya adalah artikel atau tulisan di website sebanyak 12 responden (37,5%), buku atau modul cetak sebanyak 6 responden (18,8%), dan seminar atau webinar hanya dipilih oleh 1 responden (3,1%). Data ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki preferensi kuat terhadap media visual interaktif yang mampu menyajikan pesan secara emosional dan komunikatif. Kecenderungan ini sejalan dengan fenomena kecemasan yang mereka alami, dimana sebagian besar responden mengaku menghadapi gejala seperti khawatir berlebihan, sulit tidur, dan kelelahan mental, namun belum memiliki strategi penanganan yang efektif.

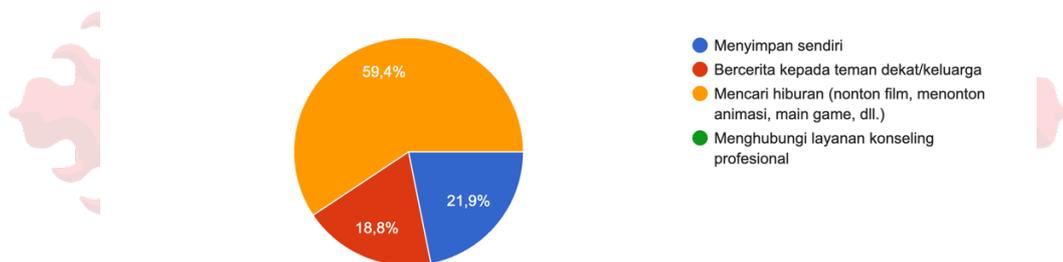
Animasi 2D berbasis cerita berpotensi menjadi sarana edukasi yang relevan bagi mahasiswa Surakarta. Media ini bukan hanya menyajikan informasi, tetapi juga menghadirkan pengalaman belajar yang lebih dekat dengan keseharian mahasiswa. Hal ini menjembatani kesenjangan antara tingginya kecemasan dan minimnya pemahaman serta ruang penyaluran yang sehat, sehingga mendukung urgensi perancangan media edukasi yang inovatif dalam bentuk animasi.

Dalam banyak kasus, mahasiswa tidak tahu bagaimana cara mengungkapkan kondisi psikologis yang mereka alami, dan merasa harus menyimpannya sendiri. Sulistyani & Hertinjung mengemukakan bahwa dukungan sosial dari teman dan keluarga sangat penting dalam mengurangi kecemasan, karena mahasiswa merasa tidak menghadapi masalah sendirian (Sulistyani & Hertinjung, 2024). Namun ketika dukungan itu tidak tersedia

atau sulit diakses, kehadiran platform komunikatif yang bersifat menyentuh dan beresonansi secara emosional menjadi sangat diperlukan.

Sayangnya, kesadaran mahasiswa untuk memahami dan mengelola kecemasan masih tergolong rendah. Banyak dari mereka tidak menyadari bahwa apa yang mereka alami merupakan bentuk gangguan psikologis, sementara yang lain enggan untuk berbagi cerita atau mencari bantuan ke ahli karena masih khawatir dengan stigma sosial dan juga perasan malu (Antika, Sartika, et al., 2025).

Jika Anda merasa cemas, apa yang biasanya Anda lakukan pertama kali? (Pilih satu yang paling sering)
32 jawaban



Gambar 7. Cara Mengatasi Rasa Cemas Mahasiswa di Surakarta
(Sumber: kuisisioner Survei Pemahaman dan Pengalaman Kecemasan di Kalangan Mahasiswa Surakarta_Hasfi Anaz Nizamuddin, 2025)

Berdasarkan survei terhadap 32 mahasiswa di Surakarta, mayoritas responden memilih untuk mencari hiburan seperti menonton film, animasi, atau bermain gim ketika merasa cemas, yaitu sebanyak 59,4% responden. Sebanyak 21,9% responden cenderung menyimpan sendiri perasaan cemas mereka, sedangkan 18,8% responden memilih untuk bercerita kepada teman dekat atau keluarga. Tetapi tidak ada responden yang langsung menghubungi layanan konseling profesional ketika mengalami kecemasan.

Data ini menunjukkan bahwa strategi penanganan kecemasan mahasiswa masih didominasi oleh cara-cara non profesional dan cenderung bersifat sementara. Rendahnya minat untuk berbagi kepada orang lain atau mencari bantuan ahli memperlihatkan adanya keterbatasan akses maupun ruang aman dalam menyalurkan kecemasan. Kondisi ini memperkuat urgensi perlunya media edukasi yang mampu menghadirkan pendekatan komunikatif, mudah diakses, dan relevan dengan kebiasaan mahasiswa, seperti animasi 2D berbasis cerita. Di sisi lain pendekatan edukatif yang digunakan saat ini masih cenderung bersifat informatif dan verbal, sehingga kurang menyentuh sisi emosional mahasiswa sebagai audiens utama.

Media visual seperti animasi menawarkan pendekatan yang lebih komunikatif dan emosional sehingga dapat relevan dengan karakteristik mahasiswa saat ini. Animasi memiliki kemampuan untuk menyampaikan pesan secara emosional dan simbolis melalui narasi dan visualisasi yang dekat dengan keseharian audiens. Sayangnya, meskipun potensi animasi sangat besar, penggunaan animasi untuk mengangkat isu-isu psikologis seperti kecemasan masih tergolong jarang.

Sebagian besar animasi yang beredar masih berfokus pada hiburan, edukasi anak-anak, atau promosi, sementara isu kesehatan mental di kalangan mahasiswa belum banyak disentuh melalui pendekatan ini. Dalam hal ini, animasi 2D dapat menjadi media alternatif dalam penyampaian informasi secara cepat, sederhana, dinamis, dan menarik, khususnya untuk Generasi Z,

sehingga pesan yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami dan diterima secara emosional (Dwiardha et al., 2024).

Penggunaan teknik visual seperti *rotoscoping*, *digital painting*, *motion graphic*, dan *frame-by-frame animation* memungkinkan representasi emosi yang lebih halus dan menyentuh, sehingga dapat menciptakan pengalaman naratif yang kuat. Dengan menempatkan mahasiswa sebagai subjek utama dan kecemasan sebagai inti cerita, animasi ini diharapkan dapat membuka ruang refleksi mahasiswa, meningkatkan kesadaran psikologis, dan menjadi jembatan komunikasi dalam menyampaikan isu yang selama ini cenderung disembunyikan.

Melalui pendekatan visual yang tepat, animasi 2D dapat memainkan peran penting tidak hanya sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai alat edukasi dan empati yang membangun pemahaman mendalam mengenai kondisi psikologis mahasiswa. Inisiatif ini menjadi semakin penting untuk menjawab kebutuhan akan media alternatif yang komunikatif, kontekstual, dan emosional.

Metode yang digunakan dalam perancangan ini adalah lima tahapan produksi film menurut studioantelope.com, karena memberikan kerangka kerja yang lebih lengkap dan sesuai dengan kebutuhan produksi animasi edukatif. Metode perancangan animasi edukatif dalam penelitian ini juga merujuk pada pendekatan lima tahap yang digunakan oleh Dwiardha et al. yang meliputi *development*, pra-produksi, produksi, pasca-produksi, dan distribusi

(Dwiardha et al., 2024). Dalam proses tersebut, perancang menyusun animasi 2D berdasarkan referensi dari artikel jurnal dan data relevan. Struktur lima tahap yang digunakan dapat menjadi model yang aplikatif untuk berbagai proyek animasi edukatif, termasuk dalam konteks isu psikologis seperti kecemasan.

Perancangan animasi 2D ini juga menggunakan *workflow 2D Animation Pipeline* dari pixune.com yang dibagi menjadi tiga tahapan besar, yaitu: *pre-production, production, dan post-production* (Pixune, 2023). Penerapan *2D Animation Pipeline* ini digunakan sebagai acuan alur pengerjaan animasi dengan standar proses pembuatan animasi secara sistematis dan professional.

Tujuan dari perancangan animasi 2D ini adalah untuk menyampaikan pesan edukatif mengenai isu kecemasan bagi mahasiswa di Surakarta melalui media visual yang komunikatif dan menarik berupa animasi. Karya ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran (*awareness*) terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental, serta membangun empati di kalangan mahasiswa terhadap kondisi psikologis yang kerap tidak terlihat secara fisik namun berdampak besar terhadap kehidupan sehari-hari.

Melalui pendekatan visual berupa animasi 2D dengan naratif yang kuat, animasi ini diharapkan dapat menggambarkan situasi dan penyebab kecemasan yang umum dialami oleh mahasiswa, serta memperlihatkan bagaimana dampaknya terhadap aktivitas akademik, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan penyampaian yang emosional namun tetap informatif,

animasi ini bertujuan untuk mendorong penonton khususnya mahasiswa agar lebih peka terhadap tanda-tanda gangguan kecemasan, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Selain itu, animasi ini juga dimaksudkan sebagai media alternatif untuk menyampaikan pesan kesehatan mental dalam bentuk yang lebih mudah diterima dan dipahami oleh mahasiswa.

Dibandingkan dengan media konvensional seperti poster, booklet, atau seminar yang cenderung bersifat informatif dan satu arah, media animasi memiliki keunggulan dari sisi daya tarik visual, fleksibilitas naratif, serta kemampuan menyampaikan pesan secara simbolik dan emosional. Narasi yang dibangun dalam animasi dapat dikemas dengan alur cerita yang relatable, sehingga audiens lebih mudah terhubung secara emosional dan memahami pesan yang disampaikan tanpa merasa digurui.

Sebagaimana dijelaskan oleh Dwiardha et al. alasan penggunaan media video animasi dalam edukasi adalah agar informasi yang disampaikan menjadi lebih mudah dipahami, dapat diakses secara luas, dan relevan untuk diaplikasikan di dunia digital, terutama bagi Generasi Z yang aktif menggunakan media sosial melalui perangkat smartphone mereka (Dwiardha et al., 2024). Oleh karena itu, animasi 2D dipilih sebagai media utama dalam perancangan ini karena dinilai mampu menyampaikan pesan edukatif secara efektif melalui pendekatan visual yang komunikatif, emosional, dan sesuai dengan kebiasaan konsumsi media mahasiswa saat ini.

B. Rumusan Masalah

Berikut rumusan masalah yang diangkat dalam perancangan ini:

1. Bagaimana konsep perancangan animasi 2D yang dapat mengangkat isu kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Surakarta?
2. Bagaimana merancang animasi 2D sebagai sarana edukasi kecemasan pada mahasiswa di Surakarta yang menarik dan informatif.

C. Tujuan

Perancangan ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Membuat konsep perancangan animasi 2D yang mengangkat isu kecemasan sehingga menghadirkan karya animasi yang dapat digunakan untuk mengangkat isu kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Surakarta.
2. Membuat rancangan animasi 2D sebagai media sarana edukasi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Surakarta dalam menyampaikan pesan mengenai kecemasan yang menarik dan informatif.

D. Manfaat

Perancangan animasi 2D bertema kecemasan ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat, antara lain:

1. Bagi penulis

Perancangan ini menjadi kesempatan bagi penulis untuk mengeksplorasi isu kecemasan melalui media visual animasi, serta melatih kemampuan dalam menyusun narasi yang menggambarkan kondisi emosional mahasiswa secara kreatif dan komunikatif. Selain itu, penulis juga memperoleh

pengalaman langsung dalam menerapkan metode perancangan animasi 2D secara terstruktur, mulai dari tahap pengembangan ide hingga distribusi. Proyek ini sekaligus menjadi wadah untuk meningkatkan kepekaan penulis terhadap isu kesehatan mental yang sering kali kurang mendapatkan perhatian di lingkungan pendidikan tinggi.

2. Bagi akademik

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang desain komunikasi visual, khususnya yang berkaitan dengan visualisasi isu kesehatan mental. Karya ini diharapkan dapat memperkaya metodologi pendekatan visual naratif dalam riset kreatif, serta menjadi referensi yang relevan untuk tugas akhir, penelitian, maupun eksplorasi kreatif sejenis di masa mendatang. Dengan mengangkat tema yang kontekstual dan berbasis data psikologis, perancangan ini juga mendukung penguatan konten edukatif dalam lingkup akademik.

3. Bagi masyarakat

Perancangan ini bertujuan memberikan edukasi kepada masyarakat, khususnya generasi muda, dan lingkungan akademik, tentang pentingnya memahami serta merespons isu kecemasan yang banyak dialami mahasiswa. Animasi ini diharapkan dapat menjadi media yang mampu menyampaikan pesan secara ringan namun bermakna, sehingga membangun kesadaran publik terhadap urgensi kesehatan mental, baik di lingkungan kampus maupun dalam kehidupan sosial sehari-hari. Melalui

distribusi digital, animasi ini juga diharapkan menjangkau audiens yang lebih luas secara efektif.

E. Tinjauan Pustaka

Perancangan animasi 2D yang mengangkat isu kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir memerlukan dasar yang kuat melalui penelusuran literatur dan karya ilmiah sebelumnya. Penelitian terdahulu yang berkaitan dengan isu kecemasan, representasi visual, serta teknik penyampaian berbasis animasi menjadi penting untuk menegaskan posisi perancangan ini sekaligus memperlihatkan bahwa pendekatan yang dilakukan memiliki keunikan tersendiri.

Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 14 No. 1 Tahun 2025 tentang Pengaruh *Art Therapy* untuk Menanggulangi Kecemasan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir (Purba & Nurhayani, 2025). Jurnal penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh *art therapy* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa tingkat akhir, yang sangat bermanfaat bagi perancangan ini karena mengangkat metode yang sama. Jurnal ini menunjukkan bahwa *art therapy* efektif dalam mengurangi kecemasan sosial karena mampu membantu mahasiswa mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal, sehingga meringankan tekanan emosional.

Penelitian ini menggunakan metode terapi seni secara langsung kepada mahasiswa sebagai intervensi psikologis. Jurnal ini fokus pada penggunaan *art therapy* dalam praktik terapi konvensional dengan pendampingan langsung

dari profesional, sedangkan perancangan ini justru memanfaatkan media animasi 2D untuk menyampaikan makna dan pengalaman emosional *art therapy* secara tidak langsung melalui visual tokoh utama. Dengan demikian, animasi digunakan sebagai media reflektif dan edukatif, bukan sebagai alat terapi klinis.

Jurnal Nasional Publikasi Ilmiah Vol. 7 No. 1 Tahun 2023 tentang Deteksi Dini Kecemasan Mahasiswa Universitas Sebelas Maret Surakarta (Setyanto et al., 2023). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa aktif jenjang Strata-1 di Surakarta melalui sampel mahasiswa UNS sebanyak 227 orang menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 86,8% mahasiswa mengalami kecemasan kategori tinggi, sementara sisanya berada pada kategori sedang dan ringan. Temuan tersebut tidak hanya menggambarkan kondisi mahasiswa UNS, tetapi juga memberikan gambaran umum mengenai tingginya tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa Surakarta. Hal ini berimplikasi pada menurunnya kualitas akademik, terganggunya kesehatan mental, serta berkurangnya kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi sosial di lingkungan kampus. Jurnal ini bermanfaat karena menegaskan bahwa kecemasan merupakan persoalan signifikan di Surakarta, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi tekanan akademik, sosial, dan tuntutan masa depan.

Berbeda dengan penelitian ini yang menggunakan pendekatan kuantitatif untuk memetakan tingkat kecemasan, perancangan animasi 2D dalam tugas akhir ini menghadirkan persoalan kecemasan mahasiswa Surakarta melalui pendekatan naratif dan visual. Dengan demikian, animasi 2D diharapkan mampu menjadi media edukasi yang komunikatif, emosional, dan sesuai dengan kebutuhan generasi mahasiswa saat ini.

Jurnal AL-AZHAR Indonesia Seri Humaniora Vol. 9 No. 3 Tahun 2024 tentang Memahami Kecemasan Mahasiswa di Solo Raya : Kontribusi Kepribadian, Dukungan Sosial, dan Gender (Sulistiyani & Hertinjung, 2024). Jurnal penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi kepribadian, dukungan sosial, dan faktor gender terhadap tingkat kecemasan mahasiswa di wilayah Solo Raya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman dan keluarga memainkan peran penting dalam menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa. Jurnal ini bermanfaat karena memberikan gambaran faktor-faktor penyebab kecemasan yang bersifat sosial dan personal, yang relevan dalam memahami konteks emosional mahasiswa serta faktor dukungan sosial seperti teman dan keluarga yang berpengaruh dalam mengatasi kecemasan.

berbeda dengan jurnal ini yang fokus pada pendekatan kuantitatif dan korelasional terhadap variabel psikososial, perancangan animasi 2D ini menyampaikan persoalan kecemasan melalui pendekatan naratif dan visual.

Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Vol. 10 No. 2 Tahun 2025 tentang Strategi Berbasis Aktivitas Fisik dalam Mengatasi Stres dan Kecemasan: Tinjauan Empiris dan Rekomendasi Kebijakan (Priasmoro et al., 2025). Jurnal ini membahas efektivitas aktivitas fisik sebagai strategi non-farmakologis dalam mengatasi stres dan kecemasan. Melalui tinjauan sistematis terhadap berbagai literatur, penelitian ini menyimpulkan bahwa aktivitas fisik dengan intensitas sedang seperti jogging, yoga, dan bersepeda dapat menurunkan tingkat kecemasan melalui pelepasan hormon endorfin dan serotonin. Selain manfaat fisiologis, aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok juga terbukti meningkatkan interaksi sosial yang mendukung kesehatan mental secara menyeluruh. Manfaat jurnal ini memberikan hasil temuan yang memberikan dasar yang kuat bagi pendekatan visual dalam perancangan animasi edukatif bertema kecemasan.

Perbedaan antara jurnal tersebut yaitu jurnal berupa studi klinis sedangkan perancangan animasi terletak pada media dan pendekatannya. Jika dalam jurnal aktivitas fisik dijalankan secara nyata dan terstruktur, maka dalam karya animasi aktivitas tersebut dihadirkan secara visual dengan menggunakan animasi dan teks penjelas.

Jurnal Pendidikan Tambusai Vol. 8 No. 2 Tahun 2024 berjudul Manajemen Perubahan dalam Organisasi Pendidikan Menurut Kurt Lewin Ditinjau dari Tantangan dan Strategi (Harahap et al., 2024). Jurnal ini membahas konsep perubahan organisasi berdasarkan tiga tahap utama teori

Kurt Lewin, yaitu *unfreezing*, *changing*, dan *refreezing*. Tahap *unfreezing* menjelaskan pentingnya kesadaran awal atas masalah yang ada sebelum perubahan dapat dimulai. Tahap *changing* merupakan proses pelaksanaan perubahan secara aktif dan terarah, sementara tahap *refreezing* menekankan pentingnya stabilisasi perubahan agar menjadi bagian dari budaya dan kebiasaan baru. Relevansi jurnal ini dalam konteks perancangan animasi edukatif bertema kecemasan terletak pada kesesuaiannya dengan proses psikologis mahasiswa dalam menghadapi dan mengelola kecemasan.

Perbedaan antara jurnal tersebut dengan perancangan animasi ini terletak pada fokus pendekatan. Jika jurnal menitikberatkan pada dinamika perubahan organisasi dalam institusi pendidikan, maka dalam karya animasi, pendekatan tiga tahap Lewin diadaptasi menjadi strategi emosional dan visual untuk menggambarkan proses penyembuhan diri mahasiswa dari kecemasan. Tahapan seperti *unfreezing* ditampilkan melalui adegan pengenalan masalah dan ekspresi emosional karakter, sementara tahap *changing* divisualisasikan dengan aksi nyata karakter dalam melakukan *coping*, dan tahap *refreezing* direpresentasikan dengan pencapaian stabilitas emosional melalui dukungan sosial dan edukasi.

Jurnal JTIMD Vol. 1 No. 2 Tahun 2024 tentang Implementasi Teknik *Rotoscoping* pada Produksi Animasi 2 Dimensi dalam Sebuah Video *Personal Branding* (Fajriansyah et al., 2024). Jurnal ini membahas penerapan teknik *rotoscoping* dalam produksi animasi 2D untuk keperluan video *personal*

branding. Teknik ini memungkinkan pembuatan gerakan karakter yang lebih ekspresif dan realistis, dengan tetap mempertahankan gaya visual khas animasi. Penelitian ini menunjukkan bahwa rotoscoping mampu menyampaikan pesan secara lebih emosional karena gerakan yang terekam berasal dari ekspresi manusia nyata. Tujuan dari jurnal ini adalah mengeksplorasi efektivitas *rotoscoping* dalam menciptakan narasi visual yang kuat dan mudah dipahami dalam konteks *branding personal*. Jurnal ini memberikan manfaat penggunaan teknik rotoscoping yang dinilai mampu meningkatkan kualitas storytelling secara visual dan emosional. Dalam konteks perancangan animasi 2D bertema kecemasan pada mahasiswa, teknik *rotoscoping* menjadi salah satu pendekatan visual utama yang digunakan untuk menggambarkan dinamika emosi tokoh utama secara halus dan mendalam.

Jika dalam jurnal ini rotoscoping diterapkan untuk membangun citra diri melalui video *branding*, maka dalam perancangan animasi ini teknik tersebut diterapkan untuk pembuatan gerakan animasi melalui model langsung untuk menyampaikan isu kecemasan karakter. Dengan demikian, perbedaan utamanya terletak pada tujuan dan konteks penggunaan teknik.

Jurnal Komunikasi Visual Wimba (2021) tentang Analisis Prinsip Motion Graphic pada Video “*The Genius of Marie Curie*” (Pakpahan & Mansoor, 2021). Jurnal ini membahas bagaimana prinsip-prinsip motion graphic diterapkan dalam video edukatif untuk menyampaikan informasi sejarah dan sains secara visual, dinamis, dan komunikatif. *Motion graphic*

digunakan untuk memperkuat pesan dan memperjelas informasi kompleks melalui elemen visual yang bergerak seperti teks, ilustrasi, dan transisi. Prinsip seperti *emphasis*, *rhythm*, *movement*, dan *hierarchy* dinilai mampu membentuk alur narasi yang terstruktur serta meningkatkan keterlibatan audiens terhadap isi konten. Tujuan dari jurnal ini adalah untuk menunjukkan efektivitas penerapan prinsip motion graphic dalam mendukung penyampaian informasi edukatif yang kuat secara visual. Jurnal ini bermanfaat dalam perancangan animasi 2D ini, prinsip motion graphic digunakan untuk menghidupkan elemen visual seperti teks, ikon, dan simbol dalam adegan-adegan yang merepresentasikan kondisi emosional tokoh utama.

Berbeda dengan jurnal ini yang menggunakan motion graphic sebagai media utama dalam mendukung narasi edukatif, perancangan ini memadukannya dengan teknik lain seperti *rotoscoping* dan *frame-by-frame animation*, menjadikan motion graphic sebagai elemen pendukung yang memperkuat dinamika visual dan penyampaian pesan psikologis secara halus dan menyentuh secara emosional.

Jurnal ABDIFORMATIKA (2022) tentang Animasi 2 Dimensi *Frame by Frame* untuk Edukasi Protokol Kesehatan Covid-19 kepada Masyarakat (Handayani et al., 2022). Jurnal ini membahas penggunaan teknik animasi 2D *frame by frame* sebagai media edukasi untuk menyampaikan protokol kesehatan Covid-19 kepada masyarakat secara visual, menarik, dan mudah dipahami. Animasi *frame by frame* dianggap efektif dalam menyampaikan

pesan dengan emosi yang lebih kuat, karena memungkinkan penggambaran gerakan secara detail dan ekspresif. Teknik ini juga mampu menghidupkan karakter serta memperjelas narasi dalam bentuk yang komunikatif, terutama di tengah kondisi krisis seperti pandemi. Tujuan dari jurnal ini adalah untuk memperkenalkan cara kreatif dalam menyampaikan informasi protokol kesehatan, sekaligus meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga diri dan lingkungan dari paparan virus. Animasi dipilih karena potensinya dalam menjangkau berbagai kalangan usia, termasuk generasi muda yang lebih responsif terhadap konten visual digital. Manfaat jurnal dalam perancangan animasi 2D ini adalah penggunaan *teknik frame by frame* yang digunakan untuk panduan dasar dalam menggerakkan dan memperkuat penyampaian emosi karakter utama yang mengalami tekanan psikologis. Visualisasi melalui gerakan yang halus dan ekspresif berfungsi untuk menggambarkan rasa cemas secara lebih personal dan menyentuh.

Berbeda dengan jurnal ini yang fokus pada penyampaian informasi kesehatan fisik dengan narasi instruksional, perancangan TA ini lebih pada penggambaran kondisi psikologis dan pengalaman emosional karakter yang seorang mahasiswa tingkat akhir.

Jurnal KNOWLEDGE Vol. 3 No. 1 Tahun 2023 tentang Penerapan Teknik *Digital Painting* pada Produksi Film Animasi 2 Dimensi “*Dreams*” (Surasu et al., 2023). Penelitian ini membahas bagaimana teknik *digital painting* digunakan dalam pembuatan film animasi 2D untuk menciptakan latar

yang mendukung suasana naratif dan memperkuat atmosfer visual. *Digital painting* dianggap efektif dalam membangun nuansa emosional melalui pemilihan warna, tekstur, dan pencahayaan yang disesuaikan dengan alur cerita dan karakter. Tujuan dari jurnal ini adalah untuk mengeksplorasi potensi teknik *digital painting* sebagai bagian dari elemen artistik dalam proses produksi animasi 2D, serta bagaimana penerapan gaya lukisan digital dapat menambah kedalaman visual dalam mendukung tema dan emosi cerita. Manfaat dari jurnal ini bagi perancangan animasi 2D adalah sebagai dasar dalam membentuk kedalaman visual yang selaras dengan kondisi psikologis tokoh utama. Dalam animasi yang dirancang, *digital painting* digunakan untuk menciptakan latar visual yang tidak hanya estetis tetapi juga reflektif terhadap suasana batin karakter.

Perbedaannya terletak pada pendekatan penggunaan. Jika dalam jurnal teknik *digital painting* digunakan untuk memperkuat nilai artistik dan estetika film secara umum, maka dalam perancangan animasi ini, teknik tersebut diterapkan untuk penggambaran *background* secara strategis dan sesuai dengan lingkungan karakter.

Berdasarkan tinjauan pustaka yang ada, dapat diketahui bahwa berbagai pendekatan ilmiah telah banyak membahas isu kecemasan dan metode pengelolaannya. Namun, belum ditemukan karya yang menyampaikan isu tersebut dalam bentuk animasi 2D yang memadukan pengalaman emosional tokoh, pendekatan visual. Perancangan animasi 2D ini mengisi kekosongan

tersebut dengan pendekatan yang bersifat personal, reflektif, dan komunikatif, sehingga mampu menjangkau audiens mahasiswa secara lebih menyentuh dan kontekstual dan tidak hanya sebagai hiburan visual, tetapi sebagai media penyaluran emosional. Jurnal yang membahas pendekatan *art therapy*, aktivitas fisik, dan dukungan sosial menunjukkan bahwa aktifitas fisik, serta relasi sosial yang sehat memiliki peran signifikan dalam meredakan kecemasan. Strategi-strategi tersebut terbukti efektif dalam konteks klinis atau langsung melalui pendampingan profesional.

Jurnal-jurnal yang membahas tentang penerapan teknik animasi 2D menunjukkan bahwa media visual seperti animasi 2D juga memiliki potensi besar sebagai alat edukasi yang komunikatif, emosional, dan mudah diakses, khususnya oleh generasi muda. Teknik seperti *rotoscoping*, *digital painting*, dan *frame by frame animation* dinilai mampu menyampaikan pesan psikologis secara halus namun bermakna. Beberapa jurnal juga menyoroti pentingnya penggunaan prinsip *motion graphic* untuk menyampaikan informasi secara terstruktur. Dapat disimpulkan bahwa pendekatan visual melalui media animasi 2D dapat menjadi alternatif edukatif yang efektif dalam merespons isu kecemasan mahasiswa.