



Perancangan Buku Ilustrasi Edukatif Mengenai Depresi dan Ideasi Bunuh Diri Berdasarkan Lagu “Yoru Ni Kakeru” Yoasobi untuk Remaja dan Dewasa Muda

Royan Abdullah Sauqi¹, Abdul Haris Rustaman², Damar Rangga Putra³

¹Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Sains, Teknik dan Desain, Universitas Trilogi, Indonesia

²Dosen Pembimbing, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Sains, Teknik dan Desain, Universitas Trilogi, Indonesia

³Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Sains, Teknik dan Desain, Universitas Trilogi, Indonesia

Email: royanabdullahsauqi@gmail.com , aharisrustaman@trilogi.ac.id , damar.rangga@trilogi.ac.id

Abstrak

Kesehatan mental, khususnya depresi dan ideasi bunuh diri, merupakan isu kritis yang memengaruhi jutaan remaja dan dewasa muda di Indonesia. Namun, minimnya edukasi dan tingginya stigma sosial menjadi hambatan utama dalam akses layanan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan merancang buku ilustrasi edukatif yang menginterpretasikan lagu “Yoru ni Kakeru” karya Yoasobi serta dua novel referensinya yaitu “Thanatos’ Temptation” dan “Melting into the Night” yang menjadi representasi visual yang akurat secara klinis mengenai Major Depressive Disorder (MDD) dan Suicidal Ideation (SI). Metode perancangan menggunakan The Design Method karya Eric Karjaluoto (2019) melalui empat tahap: Discovery, Planning, Creative, dan Application. Hasil perancangan berupa prototipe buku ilustrasi berjudul “STORY BEYOND THE NOTES” dengan 24 ilustrasi digital 2D bergaya semi realistik yang dipetakan berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi, didukung oleh palet warna berbasis psikologi warna dan layout dua halaman (kiri: ilustrasi, kanan: narasi). Validasi isi narasi kesehatan mental dilakukan melalui tinjauan ahli psikologi berdasarkan DSM-5 dan ICD-11. Perancangan ini menghasilkan buku ilustrasi yang berfungsi ganda sebagai media edukasi untuk mendekonstruksi stigma terhadap depresi dan suicidal ideation melalui pendekatan humanis, serta sebagai produk seni koleksi bagi penggemar Yoasobi dan pasar ilustrasi digital di Indonesia.

Kata kunci: *buku ilustrasi edukatif, depresi, ideasi bunuh diri, Yoasobi, Yoru ni Kakeru, desain komunikasi visual*

Abstract

Mental health, particularly depression and suicidal ideation, is a critical issue affecting millions of adolescents and young adults in Indonesia. However, the lack of education and high social stigma remain major barriers to accessing mental health services. This research aims to design an educational illustrated book that interprets the song “Yoru ni Kakeru” by Yoasobi and its two reference novels “Thanatos’ Temptation” and “Melting into the Night” into clinically accurate visual representations of Major Depressive Disorder (MDD) and Suicidal Ideation (SI). The design method employs Eric Karjaluoto’s The Design Method (2019) through four stages: Discovery, Planning, Creative, and Application. The result is a prototype illustrated book titled “STORY BEYOND THE NOTES” featuring 24 2D digital illustrations in a semi-realistic style mapped according to psychopathological fatality levels, supported by a color palette based on color psychology and a two-page layout (left: illustration, right: narrative). Validation of mental health narrative content was conducted through expert review by a psychologist based on DSM-5 and ICD-11. This design produces an illustrated book that serves a dual function as an educational medium to deconstruct stigma against depression and suicidal ideation through a humanistic approach, as well as a collectible art product for Yoasobi fans and the digital illustration market in Indonesia.

Keywords: *educational illustrated book, depression, suicidal ideation, Yoasobi, Yoru ni Kakeru, visual communication design*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental telah muncul sebagai isu kritis di tengah masyarakat global modern. Berdasarkan estimasi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat sekitar 280 juta individu di seluruh dunia hidup dengan depresi pada tahun 2019, mewakili sekitar 5% populasi dewasa global. Lebih tragis lagi, depresi dan gangguan mental berat lainnya sering kali menjadi faktor risiko utama perilaku bunuh diri, dengan sekitar 703.000 kematian akibat bunuh diri tercatat secara global pada tahun yang sama. Fenomena ini menggarisbawahi urgensi mendalam untuk melakukan upaya pencegahan dan edukasi yang lebih masif, khususnya bagi kelompok usia remaja dan dewasa muda (15–29 tahun) yang merupakan kelompok dengan angka bunuh diri tertinggi keempat secara global.

Situasi kesehatan mental di Indonesia mencerminkan keprihatinan global yang serupa. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), lebih dari 19 juta penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami gejala gangguan mental emosional, mencakup indikasi depresi dan kecemasan. WHO memperkirakan sekitar 3,7% populasi Indonesia hidup dengan depresi, atau setara dengan hampir 10 juta orang. Tantangan ini semakin kompleks karena minimnya edukasi kesehatan mental di masyarakat. Survei Into The Light Indonesia (2021) mengungkapkan bahwa lebih dari separuh (52,6%) anak muda di Indonesia tidak memiliki figur atau sistem pendukung yang dapat diajak berbagi saat menghadapi krisis kesehatan mental. Minimnya edukasi ini berkontribusi pada stigma sosial yang masih menjadi penghambat utama akses layanan profesional, dengan 60% penyintas global enggan mencari bantuan akibat stereotip negatif.

Musik dan seni telah berevolusi menjadi medium ekspresif yang efektif untuk mengomunikasikan ekspresi kompleks yang sulit diartikulasikan semata-mata melalui bahasa verbal. Dalam konteks kontemporer, grup musik Yoasobi—duo pop Jepang yang dikenal dengan adaptasi naratif cerita menjadi lirik ekspresif—menjadi contoh signifikan bagaimana sebuah musik dapat mengangkat tema mengenai kesehatan mental dengan kedalaman artistik. Lagu “Yoru Ni Kakeru” (Berlari di Malam Hari), yang dirilis sebagai debut single pada Desember 2019, menjadi fenomena global dengan lebih dari 800 juta stream di Spotify. Lagu ini diadaptasi dari dua novel pendek karya Hoshino Mayo: “Thanatos’ Temptation” (Godaan Thanatos) dan “Melting into the Night” (Melebur ke dalam Malam), yang mengeksplorasi tema obsesi terhadap kematian sebagai pelarian dari penderitaan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dirumuskan dengan pertanyaan: (1) Bagaimana proses perancangan buku ilustrasi edukatif yang menginterpretasikan lagu “Yoru Ni Kakeru” dan novel referensinya menjadi representasi visual yang akurat secara klinis mengenai MDD dan SI? (2) Bagaimana strategi visualisasi yang efektif untuk membangun koneksi emosional dan memfasilitasi pemahaman remaja dan dewasa muda terhadap kompleksitas gangguan kesehatan mental melalui pendekatan humanis? (3) Bagaimana wujud final dari buku ilustrasi edukatif sebagai media alternatif yang mampu mendekonstruksi stigma terhadap depresi dan ideasi bunuh diri?

Penelitian ini dibatasi pada: (1) interpretasi visual dari lagu “Yoru Ni Kakeru” yang dipetakan ke dalam 24 ilustrasi berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi; (2) visualisasi yang didasarkan pada analisis lirik lagu dan dua novel referensi; (3) representasi gangguan kesehatan mental yang dibatasi pada MDD dan SI dengan pendekatan psikopatologi berbasis DSM-5 dan ICD-11; (4) teknik ilustrasi digital 2D bergaya semi realistik menggunakan perangkat lunak Clip Studio Paint; (5) target audiens remaja dan dewasa muda (15–30 tahun), khususnya penggemar Yoasobi dan pembaca ilustrasi digital di Indonesia.

Tujuan perancangan ini adalah: (1) menghasilkan prototipe buku ilustrasi yang menginterpretasikan lagu “Yoru Ni Kakeru” ke dalam 24 ilustrasi yang dipetakan berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi dengan representasi visual yang akurat secara klinis; (2) merumuskan strategi visualisasi yang efektif untuk membangun koneksi emosional; (3) menghasilkan buku ilustrasi yang berfungsi ganda sebagai media edukasi dan produk seni koleksi; (4) mengimplementasikan metode The Design Method dalam proses perancangan; (5) memperoleh validasi dari ahli psikologi terhadap isi narasi kesehatan mental.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kesehatan Mental dan Gangguan Depresi

Kesehatan mental didefinisikan oleh WHO sebagai kondisi sejahtera mental yang memungkinkan individu mengatasi tekanan hidup, menyadari potensi diri, belajar dan bekerja secara produktif, serta berkontribusi bagi komunitasnya. Major Depressive Disorder (MDD) atau depresi berat adalah gangguan suasana hati yang ditandai oleh periode berkelanjutan dari suasana hati depresif atau kehilangan minat pada hampir semua aktivitas (anhedonia), disertai dengan serangkaian gejala kognitif, fisik, dan perilaku.

Berdasarkan DSM-5, diagnosis MDD memerlukan setidaknya lima gejala berikut dalam kurun waktu dua minggu, dengan setidaknya satu gejala berupa suasana hati depresif atau anhedonia: (1) suasana hati depresif hampir sepanjang hari; (2) penurunan minat atau kesenangan pada aktivitas; (3) penurunan atau peningkatan berat badan signifikan; (4) insomnia atau hipersomnia; (5) agitasi atau retardasi psikomotor; (6) kelelahan atau kehilangan energi; (7) perasaan tidak berharga atau rasa bersalah berlebihan; (8) penurunan kemampuan berpikir atau konsentrasi; (9) pikiran berulang mengenai kematian atau ide bunuh diri.

Suicidal Ideation (SI) merujuk pada pikiran, pertimbangan, atau keinginan untuk mengakhiri hidup sendiri, mencakup spektrum dari pikiran pasif tentang kematian hingga perencanaan aktif dan niat bunuh diri. Faktor risiko SI meliputi gangguan mental seperti MDD, riwayat percobaan bunuh diri sebelumnya, isolasi sosial, dan kurangnya dukungan sosial.

2.2 Psikopatologi dalam Novel Referensi

Dua novel karya Hoshino Mayo yang menjadi sumber lagu “Yoru Ni Kakeru” mengandung representasi psikopatologis yang kuat. “Thanatos’ Temptation” menggambarkan MDD dengan fitur psikotik melalui “malaikat maut” yang hanya terlihat oleh sang gadis, halusinasi visual, dan perasaan dipanggil untuk mati (DSM-5: 296.24; ICD-11: 6A70.5). Novel ini juga menggambarkan suicidal ideation kronis melalui empat kali percobaan bunuh diri dan perencanaan bunuh diri bersama. “Melting into the Night” mengeksplorasi tema disosiasi dan peleburan identitas sebagai metafora untuk pelepasan dari penderitaan.

2.3 Musik dan Novel sebagai Sumber Narasi Visual

Musik berfungsi sebagai jembatan emosional yang memfasilitasi katarsis dan validasi pengalaman psikologis. Yoasobi dikenal dengan konsep “monogatari music” musik yang bercerita di mana setiap lagu diadaptasi dari cerita pendek. Novel sebagai bentuk narasi fiksi panjang memungkinkan eksplorasi mendalam tentang psikologi tokoh, dinamika sosial, dan universalitas tema seperti kesehatan mental yang melampaui batas budaya.

2.4 Interpretasi Teks dan Visualisasi

Interpretasi teks dalam perancangan ini mencakup analisis semantik, diksi, metafora, idiom, majas, dan citraan. Metafora kunci dalam lirik “Yoru Ni Kakeru” meliputi: “malam sebagai depresi” (akenai yoru-malam tanpa fajar), “kabut sebagai trauma” (shimitsuita kiri-kabut yang melekat), “cair/mencair sebagai pelepasan” (tokeru-meleleh), dan “pelarian sebagai berlari” (yoru ni kakeru-berlari ke malam). Citraan kinestetik seperti “tenggelam”

dan “meleleh” mengaktifkan korteks motorik pendengar, membuktikan kekuatan imaji dalam membangkitkan respons emosional.

2.5 Ilustrasi dan Buku Ilustrasi Edukatif

Ilustrasi adalah seni gambar yang digunakan untuk memberi pengertian atau maksud tertentu secara visual. Dalam konteks edukasi kesehatan mental, ilustrasi berfungsi untuk menyampaikan edukasi, meningkatkan daya tarik, mempermudah pemahaman informasi abstrak, dan membangkitkan emosi serta empati pembaca. Perancangan ini menggunakan ilustrasi digital 2D dengan gaya semi realistik, yang dipilih karena mampu menyeimbangkan aksesibilitas kartun dan kedalaman ekspresi realistik.

Buku ilustrasi edukatif berfungsi mentransformasikan konsep abstrak (depresi) menjadi metafora visual yang dapat dipahami. Perancangan ini merujuk pada beberapa buku ilustrasi kesehatan mental seperti “I Had a Black Dog” (Matthew Johnstone), “It’s Okay to Not Be Okay” (Gemma Correll), “The Sad Ghost Club” (Lize Meddings), dan “Hyperbole and a Half” (Allie Brosh).

2.6 Psikologi Warna

Pemilihan warna dalam buku ilustrasi ini didasarkan pada psikologi warna dan analisis tematik lirik. Dominasi warna dingin (biru, ungu, abu-abu) menciptakan kesan melankolis, isolasi, dan introspeksi. Biru gelap mewakili keputusan, ungu mewakili ambiguitas antara hidup dan mati, dan abu-abu mewakili kekosongan emosional. Aksen warna hangat (merah, kuning, pink) digunakan untuk menyoroti momen-momen kritis. Penelitian menunjukkan bahwa palet low chroma mengurangi kecemasan visual hingga 40%, menjadikannya pilihan yang sesuai untuk tema sensitif.

3. METODE PERANCANGAN

3.1 Metode Perancangan

Perancangan ini menggunakan metode “The Design Method” yang dikembangkan oleh Eric Karjaluoto (2019) melalui empat tahap: Discovery, Planning, Creative, dan Application. Metode ini memandang proses desain sebagai suatu proses yang sistematis dan berulang untuk menghasilkan solusi komunikasi visual yang sesuai dengan permasalahan, tujuan, dan kebutuhan audiens.

3.2 Tahap Discovery

Pada tahap ini, dilakukan pengumpulan data melalui studi literatur dan studi banding. Studi literatur mencakup kajian tentang MDD dan SI berdasarkan DSM-5 dan ICD-11, psikologi remaja dan dewasa muda, serta analisis lirik lagu “Yoru Ni Kakeru” dan novel “Thanatos’ Temptation” serta “Melting into the Night”. Analisis lagu dilakukan melalui enam aspek kebahasaan: semantik, diksi, metafora, idiom, majas, dan citraan. Studi banding dilakukan terhadap buku ilustrasi kesehatan mental seperti “I Had a Black Dog”, “It’s Okay to Not Be Okay”, “The Sad Ghost Club”, dan “Hyperbole and a Half”.

3.3 Tahap Planning

Tahap Planning adalah fase perumusan strategi berdasarkan data yang terkumpul. Aktivitas dalam tahap ini meliputi brainstorming untuk menentukan kata kunci simbolik dari 24 ilustrasi, penentuan palet warna berdasarkan psikologi warna, pembuatan diagram alur, dan penyusunan konsep perancangan.

Perancangan ini dibangun di atas tiga pilar filosofi desain: (1) Humanisme, setiap ilustrasi dirancang untuk membangun empati dan koneksi emosional tanpa menghakimi; (2) Akurasi Klinis, representasi gangguan kesehatan mental didasarkan pada kriteria DSM-5 dan ICD-11; (3) Estetika Kontemporer, gaya visual mengacu pada preferensi audiens remaja dan dewasa muda Indonesia (semi realistik, palet muted, komposisi dinamis).

3.4 Tahap Creative

Pada tahap ini, ditentukan strategi kreatif, dikembangkan konsep buku, serta dieksekusi visualisasi ilustrasi. Konsep buku meliputi ukuran 180×230 mm, ±50 halaman, hard cover dengan laminasi matte, layout dua halaman (kiri: ilustrasi, kanan: narasi), serta penggunaan teknik ilustrasi digital 2D semi realistik menggunakan Clip Studio Paint. Konsep visual mencakup pengembangan karakter dengan desain gelap (dark) dan ekspresi yang merepresentasikan perubahan psikologis, penggunaan metafora visual (ruang gelap, pagar, bayangan, meleleh), serta penerapan prinsip komposisi figure-ground, implied movement, dan focal point.

3.5 Tahap Application

Tahap Application meliputi produksi prototipe buku ilustrasi, proofing, dan produksi final. Prototipe diproduksi menggunakan Adobe InDesign untuk layout, dengan kertas art paper 150 gsm, ukuran 180×230 mm, binding perfect binding, dan cover hardcover dengan

lamina matte. Media pendukung yang diproduksi meliputi artprint A3, gantungan kunci akrilik, dan sticker vinyl.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Analisis Lirik dan Novel

Analisis terhadap lirik lagu “Yoru Ni Kakeru” melalui enam aspek kebahasaan mengungkapkan delapan indikasi psikopatologi utama: (1) pemicu akut dan trauma repetitif; (2) disosiasi dan afek tumpul; (3) limerence dan idealisasi patologis; (4) burnout kronis dan learned helplessness; (5) suicide pact dan identifikasi proyektif; (6) command hallucination dan delusion of control; (7) escape fantasy dan suicidal mysticism; (8) narrowing of consciousness dan delusion of reference.

Pemetaan psikopatologi dalam novel referensi menunjukkan bahwa “Thanatos’ Temptation” merepresentasikan MDD dengan fitur psikotik (halusinasi visual, perasaan dipanggil untuk mati) dan suicidal ideation kronis (empat kali percobaan bunuh diri, perencanaan bunuh diri bersama).

4.2 Konsep Visual dan Palet Warna

Buku ini mengusung konsep “Dark Emotional Realism with Surreal Symbolism”, perpaduan antara realitas suram kehidupan sehari-hari dengan elemen surealis yang merepresentasikan kondisi psikologis tokoh. Palet warna dirancang dengan dominasi warna dingin (biru, ungu, abu-abu) untuk menciptakan atmosfer melankolis dan isolasi, serta aksen hangat (merah, kuning, pink) untuk menyoroti momen-momen kritis.

Setiap ilustrasi memiliki palet warna spesifik yang dikaitkan dengan psikopatologi yang direpresentasikan. Misalnya, “The Cyan Catalyst” menggunakan Cyan Signal (#00D4FF) yang melambangkan komunikasi digital yang dingin dan tanpa emosi sebagai pemicu akut trauma; “The Sunset Borderline” menggunakan Dusk Horizon (#E67E22) yang melambangkan transisi antara terang dan gelap, hidup dan mati, merepresentasikan disosiasi dan afek tumpul; “The Eternal Tick-Tock” menggunakan Clockwork Yellow (#F39C12) yang melambangkan siklus trauma repetitif.

4.3 Hasil Visualisasi 24 Ilustrasi

Perancangan menghasilkan 24 ilustrasi digital 2D bergaya semi realistik yang dipetakan berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi, dari tingkat dasar hingga tertinggi.

Setiap ilustrasi dilengkapi dengan indikasi psikopatologi, gaya bahasa penulisan, dan palet warna. Berikut adalah beberapa contoh ilustrasi beserta analisis psikopatologinya:

Ilustrasi 1: The Cyan Catalyst menggambarkan pemicu akut dan hipervigilans, pesan “selamat tinggal” sebagai conditioned stimulus yang memicu respons trauma instan.



Ilustrasi 2: Hypervigilant Response menggambarkan respons fight-or-flight dan perilaku menyelamatkan kompulsif, keringat serta pergerakan tergesa-gesa sebagai aktivasi sistem saraf simpatetik yang tidak terkendali.



Ilustrasi 3: The Sunset Borderline menggambarkan afek tumpul dan disosiasi, gadis di luar pagar dengan “mata tanpa ekspresi” sebagai gejala negatif klasik pada depresi berat.



Ilustrasi 4: The Cold Touch menggambarkan trauma bonding dan anhedonia fisik, tangan dingin gadis sebagai hilangnya sensasi vital dan permintaan “Lepaskan” tanpa perlawanan sebagai passive resignation.



Ilustrasi 5: The Fatal Encounter menggambarkan limerence dan idealisasi patologis, narator jatuh cinta pada “ekspresi fana” gadis sebagai bentuk pathological altruism yang merenggut otonomi emosionalnya.



Ilustrasi 6: The Ethereal Captivation menggambarkan isolasi sosial dan ketergantungan patologis, narator tinggal sendiri dan bekerja di “perusahaan hitam” tanpa sistem pendukung selain gadis yang diidealkan sebagai “bidadari”.



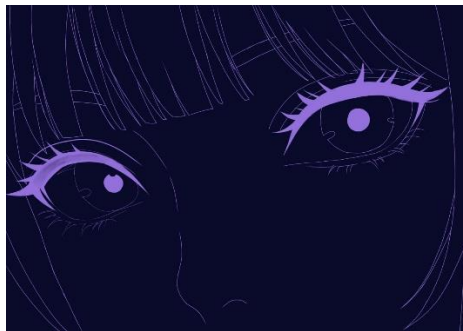
Ilustrasi 7: The Invisible Suitor menggambarkan MDD dengan fitur psikotik dan command hallucination, malaikat maut yang hanya terlihat oleh sang gadis, di mana 20–30% pasien depresi berat mengalami halusinasi.



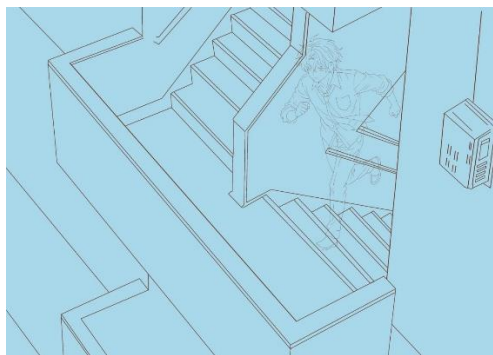
Ilustrasi 8: Enchanted by Death menggambarkan kecemburuan patologis (Othello syndrome) dan proyeksi, narator menyadari tidak bisa bersaing dengan “orang ideal” (malaikat maut) yang dilihat gadis sehingga memicu low self-worth.



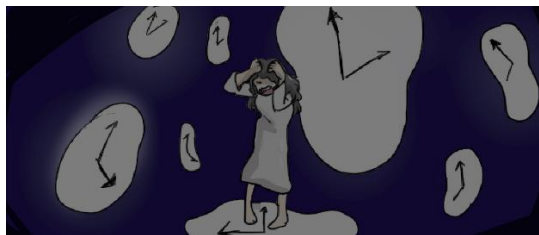
Ilustrasi 9: The Rivalry of Void menggambarkan displaced anger dan low self-worth, kebencian narator terhadap gadis sebenarnya adalah kemarahan yang dialihkan kepada dirinya sendiri, diperkuat dengan sebutan “pembunuh bayaran”.



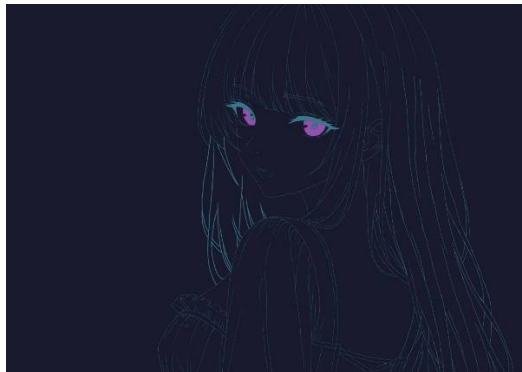
Ilustrasi 10: The Desperate Rescuer menggambarkan perilaku kontrol (coercive control) dan victim blaming, genggaman erat yang menyakiti dan pertanyaan “Bukankah itu salahmu?” sebagai pemindahan tanggung jawab (external locus of control).



Ilustrasi 11: The Eternal Tick-Tock menggambarkan trauma repetitif dan C-PTSD, percobaan bunuh diri ke-4 kalinya dan siklus Eros (narator) versus Thanatos (gadis) yang tak berujung sebagai simbiosis patologis.



Ilustrasi 12: Exhausted Resonance menggambarkan invalidasi emosional dan alexithymia, narator melakukan gaslighting dengan ucapan “Tidak ada yang namanya...” dan tangisan gadis sebagai cry for validation yang tidak tersampaikan.



Ilustrasi 13: The Severed Reach menggambarkan learned helplessness dan anhedonia, tangan terulur yang ditolak dan ucapan “Saya sudah lelah” sebagai kehilangan harapan serta ketidakmampuan merasakan kesenangan.



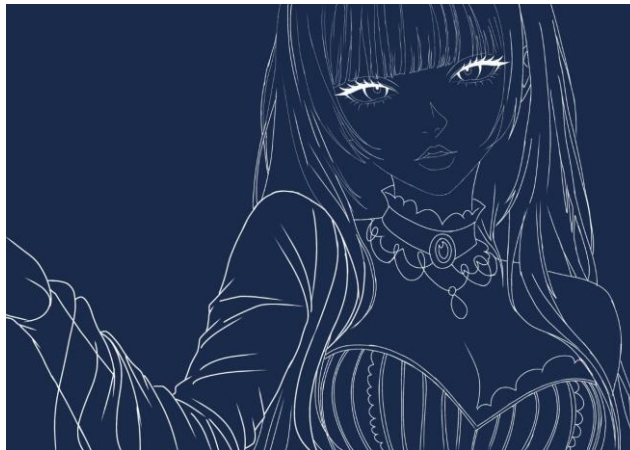
Ilustrasi 14: The Shared Psychache menggambarkan suicide pact dan identifikasi proyektif, pengakuan bersama “Aku juga ingin mati” yang merupakan awal dari perjanjian bunuh diri dan pergeseran narator dari penyelamat menjadi pendamping kematian.



Ilustrasi 15: The Dissolving Shadow menggambarkan inappropriate affect dan paradoxical relief, senyuman pertama gadis yang muncul justru dari pengakuan kematian sebagai tanda tahap acceptance (Kübler-Ross) yang berbahaya.



Ilustrasi 16: The Lethal Smile menggambarkan shared delusion (folie à deux) dan delusional rapport, narator dan gadis berbagi keyakinan bahwa kematian adalah solusi dan mengucapkan “Senang” sebagai sinyal bahaya komitmen final.



Ilustrasi 17: The Silent Wall of Words menggambarkan command hallucination dan reality disconnect, gadis berkata “Karena malaikat maut memanggil” dan kata-kata narator “tak satu pun sampai” sebagai putusnya hubungan dengan realitas eksternal.

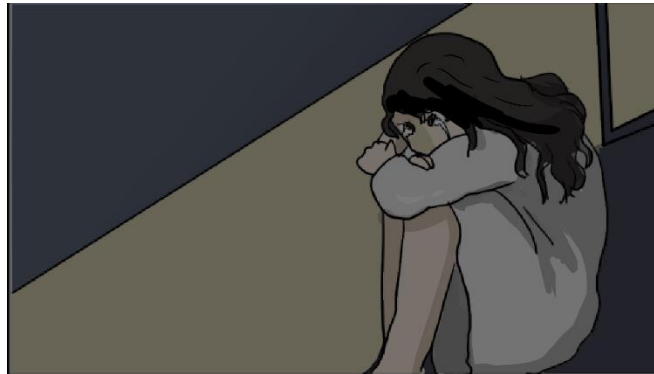


Ilustrasi 18: The Gaze of the Shinigami menggambarkan insight, denial, dan caregiver identity crisis, narator mulai menyadari interpretasi selama ini salah bahwa gadis tidak ingin

diselamatkan, namun kesadaran ini muncul terlambat.



Ilustrasi 19: The Horizon of Understanding menggambarkan cognitive shift dan penerimaan suicidal, narator bergeser dari penyelamat menjadi pendamping kematian sebagai insight yang cepat namun destruktif.



Ilustrasi 20: The Fusion of Souls menggambarkan simbiose patologis dan ego dissolution, ketidakmampuan membedakan antara keinginan sendiri dan keinginan gadis, kehilangan total batas diri yang menyatukan cinta dan kematian.



Ilustrasi 21: The Final Invitation menggambarkan suicide ritualization dan preparatory behavior, ciuman, ucapan terima kasih, dan ajakan “pergi” sebagai ritual persiapan tindakan final dengan gadis dalam keadaan dissociative anesthesia.



Ilustrasi 22: The Noisy Dehumanization menggambarkan misanthropy dan selective idealization, narator melihat dunia sebagai “bising” yang menghilangkan senyumnya dan hanya gadis yang tampak indah sebagai penyempitan realitas yang berbahaya.



Ilustrasi 23: The Celestial Anomaly menggambarkan narrowing of consciousness dan delusion of reference, keyakinan “langit diciptakan hanya untuk kami berdua” dan gerakan mendongak yang justru mengarah pada kekosongan serta emotional blunting.



Ilustrasi 24: Racing Into the Night menggambarkan final commitment dan suicide pact, komitmen final terhadap keputusan mati bersama, point of no return dengan imperatif

“Jangan kau lepaskan” sebagai hilangnya naluri mempertahankan diri (loss of self-preservation).



4.4 Wujud Final Buku Ilustrasi

Wujud final perancangan adalah prototipe buku ilustrasi berjudul “STORY BEYOND THE NOTES” dengan spesifikasi: ukuran 180×230 mm, ±50 halaman, kertas isi art paper 150 gsm matte, cover hard cover dengan laminasi matte, binding perfect binding, teknik ilustrasi digital 2D semi realistik, layout kiri (ilustrasi) dan kanan (narasi), dengan 24 ilustrasi. Buku ini berfungsi ganda sebagai media edukasi yang mendekonstruksi stigma terhadap depresi dan suicidal ideation melalui pendekatan visual yang humanis dan akurat secara klinis, serta sebagai produk seni koleksi bagi penggemar Yoasobi dan pasar ilustrasi digital di Indonesia.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan proses perancangan yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Proses perancangan melalui empat tahap metode The Design Method berhasil mengintegrasikan analisis lirik lagu “Yoru Ni Kakeru” melalui enam aspek kebahasaan (semantik, diksi, metafora, idiom, majas, dan citraan) serta dua novel referensi (“Thanatos’ Temptation” dan “Melting into the Night”) ke dalam 24 ilustrasi yang dipetakan berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi. Analisis ini mengungkap indikasi MDD dan SI seperti pemicu akut, afek tumpul, halusinasi visual, trauma repetitif, suicide pact, hingga ego dissolution yang semuanya didukung oleh referensi DSM-5 dan ICD-11.

Strategi visualisasi yang efektif mencakup: (a) desain karakter humanis dengan ekspresi yang merepresentasikan perubahan psikologis; (b) palet warna berbasis psikologi dengan dominasi warna dingin dan aksen hangat untuk menonjolkan focal point; (c) komposisi visual naratif melalui penerapan prinsip figure-ground, implied movement, dan focal point; (d) pendekatan humanis yang tidak menghakimi dengan representasi klinis yang akurat namun tetap empatik. Strategi ini berhasil membangun koneksi emosional dan memfasilitasi pemahaman remaja/dewasa muda terhadap kompleksitas MDD dan SI.

Wujud final perancangan adalah prototipe buku ilustrasi berjudul “STORY BEYOND THE NOTES” dengan 24 ilustrasi yang dipetakan berdasarkan tingkat fatalitas psikopatologi, dirancang sebagai media edukasi yang humanis dan produk seni koleksi, mampu mendekonstruksi stigma terhadap depresi dan suicidal ideation melalui pendekatan visual yang tidak menghakimi.

5.2 Saran

Berdasarkan proses perancangan yang telah dilaksanakan, berikut adalah saran untuk pengembangan lebih lanjut:

Keterbatasan Validasi Lapangan: Perancangan ini tidak melalui uji coba lapangan berskala luas untuk mengukur efektivitas buku. Peneliti selanjutnya disarankan melakukan uji coba lapangan dengan minimal 100 responden remaja/dewasa muda untuk mengukur efektivitas buku melalui pre-test dan post-test menggunakan instrumen terstandarisasi.

Keterbatasan Visualisasi Gejala: Representasi MDD dan SI difokuskan pada 24 ilustrasi berdasarkan tingkat fatalitas, namun tidak semua gejala klinis MDD tergambar. Peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan visualisasi dengan menambahkan ilustrasi yang secara spesifik menggambarkan gejala somatik MDD.

Validasi Klinis: Meskipun berbasis DSM-5 dan ICD-11, perancangan ini belum melalui validasi klinis formal dari psikiater atau institusi kesehatan mental. Peneliti selanjutnya disarankan melibatkan tim multidisiplin (psikiater, psikolog klinis, dan desainer) dalam proses validasi.

Pengembangan Seri Buku: Perancangan ini dapat dikembangkan menjadi seri buku ilustrasi yang mengadaptasi lagu-lagu Yoasobi lainnya yang juga mengangkat tema kesehatan mental, seperti “Gunjou”, “Halzion”, atau “Kaibutsu”.

Platform Edukasi Digital: Buku ini dapat ditransformasikan menjadi platform edukasi digital interaktif dengan elemen multimedia dan komunitas, serta dikembangkan menjadi aplikasi berbasis web atau mobile yang berisi buku interaktif, forum diskusi, dan tautan ke layanan kesehatan mental.

Kolaborasi dengan Komunitas: Buku ini memiliki potensi untuk digunakan dalam program edukasi kesehatan mental di sekolah dan komunitas, dengan menjalin kerja sama dengan sekolah, universitas, dan komunitas penggemar Yoasobi.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mosaiwi, M., & Johnstone, T. (2018). In an absolute state: Elevated use of absolutist words is a marker specific to anxiety, depression, and suicidal ideation. *Clinical Psychological Science*, 6(4), 529-542.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(2), 343-352.
- Beck, A. T. (1988). *Love is never enough*. Harper & Row.
- Bennett, R., Knight, E., & Jones, M. D. (2023). Narrative health communication and stigma reduction: A meta-analytic review. *Health Communication*, 38(8), 1547-1557.
- Condry, I. (2006). *Hip-hop Japan: Rap and the paths of cultural globalization*. Duke University Press.
- Gournellis, R., et al. (2018). Psychotic (delusional) depression and completed suicide: A systematic review and meta-analysis. *Annals of General Psychiatry*, 17(1), 1-13.
- Hoshino, M. (2019). タナトスの誘惑 [Thanatos' Temptation]. Monogatary.com.
- Hoshino, M. (2019). 夜に溶ける [Melting into the Night]. Monogatary.com.
- Into The Light Indonesia. (2021). *Laporan Perilaku Penggunaan Layanan Kesehatan Mental di Indonesia 2021*.
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Karjaluoto, E. (2019). *The design method: A philosophy and process for functional visual communication* (2nd ed.). New Riders.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.

- Kress, G., & van Leeuwen, T. (2006). *Reading images: The grammar of visual design* (2nd ed.). Routledge.
- Kusrianto, A. (2007). *Pengantar desain komunikasi visual*. Erlangga.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111.
- Nurdiyantoro, B. (2017). *Teori pengkajian fiksi*. Gadjah Mada University Press.
- Oquendo, M. A., et al. (2004). Prospective study of clinical predictors of suicidal acts after a major depressive episode. *American Journal of Psychiatry*, 161(8), 1433-1441.
- Pujiriyanto. (2005). *Teknologi cetak dan grafika*. Andi Offset.
- Saarikallio, S. (2011). Music as emotional self-regulation throughout adulthood. *Psychology of Music*, 39(3), 307-327.
- Suharianto, S. (2019). *Dasar-dasar teori fiksi*. CV. Andi Offset.
- Tennov, D. (1979). *Love and limerence: The experience of being in love*. Stein and Day.
- Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*.
- World Health Organization. (2023). *Depressive disorder (depression) [Fact sheet]*.
- World Health Organization. (2023). *Suicide [Fact sheet]*.