

**PERANCANGAN KAMPANYE SOSIAL
HUSTLE CULTURE TERHADAP KESEHATAN MENTAL
BAGI PEKERJA DI KOTA PALEMBANG**



LAPORAN

Tugas Akhir Karya

Prodi Desain Komunikasi Visual

Minat Utama Desain Komunikasi Visual

Diaz Rilo Pambudi

2020620021

DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

FAKULTAS ILMU PEMERINTAHAN DAN BUDAYA

UNIVERSITAS INDO GLOBAL MANDIRI

2025

HALAMAN PENGESAHAN

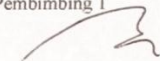
HALAMAN PENGESAHAN
PERTANGGUNGJAWABAN TERTULIS TUGAS AKHIR KARYA
**PERANCANGAN KAMPANYE SOSIAL *HUSTLE CULTURE*
TERHADAP KESEHATAN MENTAL BAGI PEKERJA
DI KOTA PALEMBANG**

Diajukan oleh,

Diaz Rilo Pambudi
NIM. 2020620021

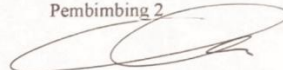
Telah dipertahankan pada tanggal 04 Februari 2025
di depan Dewan Penguji yang terdiri dari

Pembimbing 1




Bobby Halim, S.Sn., M.Ds.
NIDN. 0206058602

Pembimbing 2



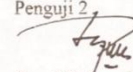
Didiek Prasetya, S.Pd., M.Sn.
NIDN. 0226028201

Penguji 1



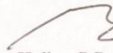
Aji Windu Viatra, S.Sn., M.Sn.
NIDN. 0221017901

Penguji 2



Yosef Yulus, S.Sn., M.Sn.
NIDN. 0203078701

Ketua Penguji

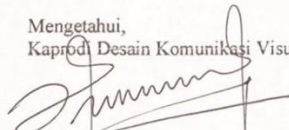


Bobby Halim, S.Sn., M.Ds.
NIDN. 0206058602

Pertanggungjawaban tertulis ini telah diuji dan diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Desain

Palembang, 17 Februari 2025

Mengetahui,
Kaprod Desain Komunikasi Visual



Husni Mubarat, S.Sn., M.Sn.
NIDN. 0229128202

Menyetujui,
Dekan FIPB



FAKULTAS IPB
UIGM
Dr. Doris Febriyanti, S.IP., M.Si.
NIDN. 0222028203

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa serta berkat dukungan dan doa dari orang-orang terkasih, skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan perasaan bangga dan bahagia, saya menyampaikan rasa syukur dan terima kasih saya kepada :

1. **Tuhan Yang Maha Esa**, karena hanya dengan izin dan karunia-Nya, Perancangan Tugas Akhir ini dapat disusun dan diselesaikan tepat waktu.
2. Dengan rasa sukacita yang begitu mendalam, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada Ibunda **Alm. Anik Pujianti**, yang selama ini telah menjadi sosok Wanita yang hebat bagi anak-anaknya. Semoga selalu tenang dan damai untuknya serta amal ibadah beliau semoga di terima disisi Tuhan Yang Maha Esa.
3. Dengan rasa syukur dan bangga, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada **orang tua dan seluruh keluarga besar** yang selalu memberikan dukungan tanpa pamrih di setiap langkah kehidupan penulis. Dukungan ini bukan hanya berupa materi, tetapi juga berupa bimbingan, nasihat, dan kasih sayang yang tiada henti. Mereka selalu hadir untuk mendampingi penulis, memberikan dorongan saat menghadapi rintangan, dan merayakan setiap keberhasilan yang dicapai.
4. **Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar**, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik.
5. **Sahabat dan teman-teman DKV UIGM** yang *Mboissfull*, tanpa semangat, dukungan dan bantuan kalian semua tak kan mungkin saya sampai disini, terimakasih untuk canda tawa, dan perjuangan yang kita lewati Bersama di Kostan, Kontrakan, Bedeng dan terimakasih untuk kenangan manis yang telah mengukir selama ini. *Tetep eling lan waspodo oll yeahhh !!!*

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Diaz Rilo Pambudi

NIM : 2020620021

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Tahun Akademik : 2024/2025

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya desain dan pertanggungjawaban tertulis dengan judul :

**“PERANCANGAN KAMPANYE SOSIAL *HUSTLE CULTURE*
TERHADAP KESEHATAN MENTAL BAGI PEKERJA
DI KOTA PALEMBANG”**

Adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan plagiatisme atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam dunia akademik. Apabila dikemudian hari ditemukan suatu jiplakan/plagiat, maka saya bersedia menerima akibat berupa sanksi akademis dan sanksi lain yang diberikan oleh yang berwenang sesuai ketentuan, peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Palembang, 17 Februari 2025

Saya membuat pernyataan



(Diaz Rilo Pambudi)

NPM : 2020620021

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang, dengan ini mari kita panjatkan puji dan syukur atas kehadirat-Nya yang telah melimpahkan rahmat-Nya serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Karya dengan judul “Perancangan Kampanye Sosial *Hustle Culture* Terhadap Kesehatan Mental Bagi Pekerja Di Kota Palembang” dengan baik dan tepat waktu. Proposal ini telah ditulis dengan semaksimal mungkin dan tentunya dengan bantuan dari beberapa pihak, maka dari itu penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada :

1. Pimpinan Universitas Indo Global Mandiri, Bapak Dr. H. Marzuki Alie. SE., M.M., selaku Rektor Universitas Indo Global Mandiri.
2. Dr. Sumi Amariena Hamim, ST., MT., IPM., ASEAN Eng. Selaku wakil Rektor I Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
3. Dr. H. Junaini, M.M. Selaku Wakil Rektor II Bidang Administrasi dan Keuangan Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
4. Dr. Tien Yustini, S.E., M.Si. Selaku wakil Rektor III Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
5. Dr. Doris Febriyanti, S.IP., M.Si. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Pemerintahan dan Budaya.
6. Husni Mubarat, S.Sn., M.Sn. selaku Kaprodi Desain Komunikasi Visual Universitas Indo Global Mandiri.
7. Dosen pembimbing 1, Bapak Bobby Halim, S.Sn., M.Ds., sekaligus ketua penguji perancangan tugas akhir saya yang telah membimbing dengan memberikan arahan, serta dorongan yang membantu dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
8. Dosen Pembimbing 2, Bapak Didiek Prasetya, S.Pd., M.Sn., yang telah membantu perancang menghasilkan karya tulis Proposal Tugas Akhir serta memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

9. Aji Windu Viatra, S.Sn., M.Sn. Selaku Dosen Penguji I Tugas Akhir yang telah membimbing dan memberikan saran dalam perancangan tugas akhir ini.
10. Yosef Yulius, S.Sn., M.Sn. Selaku Dosen Penguji II Tugas Akhir yang telah membimbing dan memberikan saran dalam perancangan tugas akhir ini.
11. Seluruh Dosen pengajar di jurusan prodi Desain Komunikasi Visual, Universitas Indo Global Mandiri yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.

Akhir kata penulis berharap agar hasil dari Laporan Tugas Akhir ini dapat diambil manfaatnya sehingga dapat memberikan inspirasi terhadap pembaca. Penulis meyakini bahwa penyusunan dari Proposal Tugas Akhir ini masih jauh dari kata Sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari pembaca dan penguji sangat dibutuhkan oleh penulis untuk memperbaiki kesalahan yang ada.

Palembang, 18 Februari 2025



Diaz Rilo Pambudi

NPM:2020620021

ABSTRAK

Perancangan kampanye sosial ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran Pekerja terhadap dampak negatif *Hustle Culture* budaya kerja berlebihan yang menekankan produktivitas sebagai ukuran utama kesuksesan. *Hustle Culture* sering kali memicu stres, *burnout*, gangguan kesehatan mental, serta mempromosikan gaya hidup yang tidak seimbang. Kampanye ini dirancang dengan pendekatan visual yang menarik dan relevan bagi Pekerja, menggunakan media Kampanye Interaktif sebagai *platform* utama untuk menjangkau *audiens*. Melalui elemen-elemen desain yang kreatif, seperti ilustrasi digital, tipografi yang kuat, serta penggunaan warna-warna dinamis, kampanye ini menampilkan pesan-pesan edukatif yang menyadarkan audiens tentang pentingnya keseimbangan hidup dan kesehatan mental. Penelitian ini juga mempertimbangkan karakteristik visual dan gaya komunikasi Pekerja yang lebih terhubung dengan konten interaktif, ringkas, dan mudah dibagikan. Dengan demikian, perancangan ini diharapkan dapat menginspirasi Pekerja untuk mengadopsi budaya kerja yang lebih sehat dan mengurangi tekanan dari ekspektasi *Hustle Culture*.

Kata Kunci : Kampanye, Kesehatan Mental, *Hustle Culture*.

ABSTRACT

The design of this social campaign aims to increase workers' awareness of the negative impact of Hustle Culture, an overwork culture that emphasizes productivity as the main measure of success. Hustle Culture often triggers stress, burnout, mental health disorders, and promotes an unbalanced lifestyle. The campaign was designed with a visual approach that was engaging and relevant to Workers, using the Interactive Campaign medium as the primary platform to reach the audience. Through creative design elements, such as digital illustrations, strong typography, and the use of dynamic colors, the campaign features educational messages that make audiences aware of the importance of life balance and mental health. The study also considers the visual characteristics and communication style of workers who are more connected with interactive, concise, and easy-to-share content. Thus, this design is expected to inspire Workers to adopt a healthier work culture and reduce the pressure of Hustle Culture expectations.

Keywords: Campaign, Mental Health, Hustle Culture.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Tujuan Perancangan.....	10
E. Manfaat Perancangan.....	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis	11
F. Tinjauan Ide Perancangan	12
1. Tinjauan Karya Khusus.....	13
2. Tinjauan Karya Umum.....	16
G. Metode Perancangan.....	19
1. <i>Emphatize</i>	20
2. <i>Define</i>	21
3. <i>Ideate</i>	21
4. <i>Prototype</i>	21
5. <i>Test</i>	21
H. Landasan Teori.....	22
1. Teori Desain Komunikasi Visual	22
2. Teori Komunikasi.....	23
3. Teori Semiotika.....	23
4. Teori Iklan Layanan Masyarakat.....	24

5.	Teori Multimedia	25
I.	Sistematika Perancangan.....	27
J.	Alur Pemikiran Perancangan	28
K.	Jadwal Perancangan	29
BAB II PENGOLAHAN DATA.....		30
A.	Identifikasi Data.....	30
1.	Definisi <i>Hustle Culture</i>	30
2.	Sejarah <i>Hustle Culture</i>	32
3.	Jenis - Jenis <i>Hustle Culture</i>	34
4.	Ciri-ciri <i>Hustle Culture</i>	37
5.	Dampak <i>Hustle Culture</i>	37
6.	Pemicu <i>Hustle Culture</i>	39
7.	Solusi Menghindari <i>Hustle Culture</i>	39
8.	Data Kuisisioner.....	40
9.	Wawancara	48
B.	Analisis Data.....	56
1.	<i>What</i> (Apa)	56
2.	<i>Why</i> (Kenapa).....	57
3.	<i>Who</i> (Siapa)	57
4.	<i>When</i> (Kapan).....	58
5.	<i>Where</i> (Dimana)	58
6.	<i>How</i> (Bagaimana).....	58
7.	Analisis S.W.O.T.....	59
C.	Sintesis.....	61
BAB III KONSEP PERANCANGAN.....		62
A.	Konsep Kreatif.....	62
1.	Tujuan Kreatif	62
2.	Strategi kreatif	62
3.	Program Kreatif	65
B.	Konsep Media.....	89
1.	Tujuan Media.....	89
2.	Strategi Media	90
4.	Khalayak Sasaran	92
5.	Panduan Media.....	93

6. Biaya Media.....	97
BAB IV VISUALISASI DESAIN	99
A. Logo	99
B. Time Boxing (Table Planner).....	102
C. Poster.....	104
D. Brosur.....	106
E. Video Iklan Layanan Masyarakat	108
F. T-Shirt	113
G. Katalog Karya	115
H. Jam Kerja	117
I. Pin	119
J. Notebook.....	121
K. Totebag.....	123
L. X-Banner.....	125
M. Tumbler.....	127
N. Postcard.....	129
BAB V PENUTUP.....	132
A. Kesimpulan	132
B. Saran	133
DAFTAR PUSTAKA.....	134
LAMPIRAN.....	136

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Poster Infografis Bisnis Indonesia Group.....	13
Gambar 1. 2 Buku “Terjebak <i>Hustle Culture</i> ”.....	14
Gambar 1. 3 Media <i>Website</i> Poster “ <i>work life balance</i> ”.....	16
Gambar 1. 4 Buku “ <i>Quarter Life Crisis</i> ”.....	18
Gambar 1. 5 Iklan Layanan Masyarakat.....	24
Gambar 1. 6 Teori Multimedia.....	25
Gambar 1. 7 Bagan Alur Pemikiran Perancangan.....	28
Gambar 2. 1 Buku “ <i>Can’t Even : How Millennials Became the Burnout Generation</i> ”.....	30
Gambar 2. 2 Film “ <i>Escape From The Office By Apple Inc</i> ”.....	31
Gambar 2. 3 <i>Respondent Kuisisioner 1</i>	41
Gambar 2. 4 <i>Respondent Kuisisioner 2</i>	41
Gambar 2. 5 <i>Respondent Kuisisioner 3</i>	42
Gambar 2. 6 <i>Respondent Kuisisioner 4</i>	42
Gambar 2. 7 <i>Respondent Kuisisioner 5</i>	43
Gambar 2. 8 <i>Respondent Kuisisioner 6</i>	44
Gambar 2. 9 <i>Respondent Kuisisioner 7</i>	44
Gambar 2. 10 <i>Respondent Kuisisioner 8</i>	45
Gambar 2. 11 <i>Respondent Kuisisioner 9</i>	46
Gambar 2. 12 <i>Respondent Kuisisioner 10</i>	46
Gambar 2. 13 <i>Respondent Kuisisioner 11</i>	47
Gambar 2. 14 <i>Respondent Kuisisioner 12</i>	48
Gambar 2. 15 Wawancara Bersama Kepala Dinas Tenaga Kerja Kota Palembang.....	49
Gambar 2. 16 Wawancara Bersama Ahli Psikologis.....	53
Gambar 3. 1 Seorang Pekerja Dengan Alat Kerjanya.....	65
Gambar 3. 2 Bentuk Visual “Pekerja Multitasking”.....	72
Gambar 3. 3 Bentuk Visual “Laptop”.....	73
Gambar 3. 4 Bentuk Visual “Gear Mesin”.....	74
Gambar 3. 5 Warna Yang Dipilih.....	75
Gambar 3. 6 Huruf <i>Acumin Variable Concept</i>	76
Gambar 3. 7 Jenis <i>font Inter</i>	77
Gambar 3. 8 Jenis <i>Font Deep Shadow Over</i>	78
Gambar 3. 9 Contoh Visualisasi <i>Pop Art Design</i>	78
Gambar 4. 1 Sketsa Logo.....	100
Gambar 4. 2 <i>Rough Layout</i> Logo.....	100
Gambar 4. 3 <i>Comprehensive Layout</i> Logo.....	101
Gambar 4. 4 <i>Final</i> Logo.....	101
Gambar 4. 5 Sketsa <i>Time Boxing (Table Planner)</i>	102
Gambar 4. 6 <i>Rough Layout Time Boxing (Table Planner)</i>	103
Gambar 4. 7 <i>Final Design Time Boxing (Table Planner)</i>	103
Gambar 4. 8 Sketsa Poster.....	105
Gambar 4. 9 <i>Rough Layout</i> Poster.....	105
Gambar 4. 10 <i>Final Design</i> Poster.....	106
Gambar 4. 11 Sketsa Brosur.....	107
Gambar 4. 12 <i>Rough Layout</i> Brosur.....	107

Gambar 4. 13 <i>Final Design Brosur</i>	108
Gambar 4. 14 <i>Storyboard halaman 1</i>	109
Gambar 4. 15 <i>Storyboard halaman 2</i>	110
Gambar 4. 16 <i>Storyboard halaman 3</i>	111
Gambar 4. 17 <i>Storyboard halaman 4</i>	112
Gambar 4. 18 <i>Rough Layout Video</i>	112
Gambar 4. 19 <i>Final Video</i>	113
Gambar 4. 20 <i>Sketsa T-Shirt</i>	114
Gambar 4. 21 <i>Rough Layout T-Shirt</i>	114
Gambar 4. 22 <i>Final Design T-Shirt</i>	115
Gambar 4. 23 <i>Sketsa Katalog Karya</i>	116
Gambar 4. 24 <i>Rough Layout Katalog Karya</i>	116
Gambar 4. 25 <i>Final Design Katalog Karya</i>	117
Gambar 4. 26 <i>Sketsa Jam Kerja</i>	118
Gambar 4. 27 <i>Rough Layout Jam Kerja</i>	118
Gambar 4. 28 <i>Final Design Jam Kerja</i>	119
Gambar 4. 29 <i>Sketsa Pin</i>	120
Gambar 4. 30 <i>Rough Layout Pin</i>	120
Gambar 4. 31 <i>Final Design Pin</i>	121
Gambar 4. 32 <i>Sketsa Notebook</i>	122
Gambar 4. 33 <i>Rough Layout Notebook</i>	122
Gambar 4. 34 <i>Final Design Notebook</i>	123
Gambar 4. 35 <i>Sketsa Totebag</i>	124
Gambar 4. 36 <i>Rough Layout Totebag</i>	124
Gambar 4. 37 <i>Final Design Totebag</i>	125
Gambar 4. 38 <i>Sketsa X-Banner</i>	126
Gambar 4. 39 <i>Rough Layout X-Banner</i>	126
Gambar 4. 40 <i>Final Design X-Banner</i>	127
Gambar 4. 41 <i>Sketsa Tumbler</i>	128
Gambar 4. 42 <i>Rough Layout Tumbler</i>	128
Gambar 4. 43 <i>Final Design Tumbler</i>	129
Gambar 4. 44 <i>Sketsa Postcard</i>	130
Gambar 4. 45 <i>Rough Layout Postcard</i>	130
Gambar 4. 46 <i>Final Design Postcard</i>	131

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Jadwal Perancangan.....	29
Tabel 2. 1 Hasil Wawancara Bersama Kepala Dinas Tenaga Kerja Kota Palembang.....	49
Tabel 2. 2 Hasil Wawancara Bersama Ahli Psikologis	53
Tabel 3. 1 <i>Headline</i>	67
Tabel 3. 2 <i>Sub-Headline</i>	69
Tabel 3. 3 <i>Tagline</i>	70
Tabel 3. 4 <i>Bodycopy</i>	71
Tabel 3. 5 Panduan Media	93
Tabel 3. 6 Biaya Media.....	97

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran.1 Formulir Persetujuan Sidang Final TA	136
Lampiran.2 Formulir Bimbingan TA pembimbing I	137
Lampiran.3 Formulir Bimbingan TA pembimbing II.....	138
Lampiran.4 Halaman Revisi.....	139
Lampiran.5 Dokumentasi media Pameran I.....	140
Lampiran.6 Dokumentasi media Pameran II.....	141
Lampiran.7 Dokumentasi Suasana Pameran.....	142