

## **PROGRAM PENDAMPINGAN PERANCANGAN POSTER KESEHATAN MENTAL REMAJA SEBAGAI MEDIA INFORMASI SISWA MIS NURUL UMMAH**

**Dian Handayani<sup>1\*</sup>, Ida Rosida<sup>2</sup>, Puri Kurniasih<sup>3</sup>**

Universitas Indraprasta PGRI<sup>1,2,3</sup>

dian.zulaikhasaja@gmail.com<sup>1\*</sup>

---

**Kata Kunci:** desain komunikasi visual; kesehatan mental; poster edukasi; sekolah dasar; pengabdian kepada masyarakat

**Abstrak:** Isu kesehatan mental anak dan remaja menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan, mengingat sebagian peserta didik masih cenderung menutup diri ketika menghadapi tekanan psikologis, seperti kecemasan, ketakutan, kesepian, dan kebingungan emosional. Kondisi tersebut berpotensi berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks apabila tidak ditangani melalui pendekatan edukatif dan preventif sejak dini. Sekolah sebagai ruang sosial utama memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan yang aman dan suportif, serta mendorong keberanian siswa untuk mengekspresikan perasaan dan menyampaikan permasalahan yang dialami. MIS Nurul Ummah Cisarua, Bogor, masih menghadapi keterbatasan media edukasi visual yang mendukung penguatan karakter dan literasi kesehatan mental siswa. Keterbatasan tersebut berdampak pada belum optimalnya penyampaian pesan mengenai pentingnya komunikasi emosional di lingkungan sekolah. Sebagai upaya merespons kebutuhan mitra, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan melalui pendampingan perancangan poster edukatif berukuran A3 dengan tema “Kesehatan Mental Remaja: Bicara itu Penting”. Perancangan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu penentuan konsep, eksplorasi sketsa, hingga proses digitalisasi dengan mempertimbangkan pemilihan warna, tipografi, dan ilustrasi yang sesuai dengan karakteristik psikologis siswa sekolah dasar. Luaran kegiatan berupa satu karya poster edukasi yang dimanfaatkan sebagai media komunikasi visual di lingkungan sekolah.

**Keyword:** *visual communication design; mental health; educational poster; elementary school; community service.*

**Abstract:** *Children's and adolescents' mental health issues have become an important concern in the field of education, as some students still tend to withdraw when experiencing psychological pressures, such as anxiety, fear, loneliness, and emotional confusion. Such conditions may develop into more complex problems if they are not addressed through early educational and preventive approaches. As a primary social environment, schools play a strategic role in creating a safe and supportive atmosphere while encouraging students to express their feelings and communicate the challenges they encounter. MIS Nurul Ummah Cisarua, Bogor, still faces limitations in visual educational media*



*that support students' character development and mental health literacy. These limitations affect the effectiveness of delivering messages regarding the importance of emotional communication within the school environment. To respond to the needs of the partner institution, this Community Service activity was conducted through assistance in designing an A3-sized educational poster with the theme "Adolescent Mental Health: Speaking Up Matters." The design process consisted of several stages, including concept development, sketch exploration, and digitalization, while considering the selection of colors, typography, and illustrations that correspond to the psychological characteristics of elementary school students. The outcome of this activity was an educational poster utilized as a visual communication medium within the school environment.*

Diserahkan: 25-05-2026

Direvisi: 15-08-2026

Diterima: 15-08-2026

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental anak dan remaja menjadi salah satu isu strategis dalam dunia pendidikan karena berpengaruh terhadap perkembangan emosional, sosial, dan akademik peserta didik. Berbagai laporan menunjukkan bahwa anak usia sekolah semakin mengalami kesulitan mengekspresikan perasaan, cenderung memendam masalah pribadi, serta enggan berkomunikasi dengan orang tua, guru, maupun teman sebaya ketika menghadapi tekanan psikologis (WHO, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2024). Kondisi tersebut berpotensi menghambat perkembangan regulasi emosi, menurunkan kepercayaan diri, serta meningkatkan risiko munculnya permasalahan psikososial pada masa perkembangan berikutnya (Santrock, 2022; Borualogo & Casas, 2023).

Sekolah memiliki peran penting dalam membangun literasi kesehatan mental melalui lingkungan belajar yang mendukung komunikasi terbuka dan aman bagi peserta didik. Salah satu strategi preventif yang dapat diterapkan adalah pemanfaatan media komunikasi visual sebagai sarana edukasi. Poster dipandang efektif karena mampu menyampaikan informasi secara ringkas, persuasif, dan mudah dipahami, sekaligus berfungsi sebagai pengingat visual yang dapat diakses secara berkelanjutan di lingkungan sekolah. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa poster edukasi yang dirancang sesuai karakteristik usia peserta didik mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif terhadap isu kesehatan mental (Lester, 2018; Amelia dkk., 2024; Rahmat dkk., 2024; Salsabila dkk., 2025).

Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) Nurul Ummah di Kecamatan Cisarua, Kabupaten Bogor, merupakan sekolah dasar berbasis Islam yang berkomitmen mengembangkan pendidikan karakter peserta didik. Namun, berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan pihak sekolah, ditemukan beberapa permasalahan yang menjadi fokus kegiatan pengabdian. Pertama, keterbatasan sarana dan prasarana yang belum sepenuhnya mendukung terciptanya lingkungan belajar yang ramah anak. Kedua, belum tersedianya media komunikasi visual yang secara khusus mengedukasi siswa mengenai kesehatan mental dan pentingnya mengungkapkan perasaan secara positif. Ketiga, belum adanya program literasi kesehatan mental yang dilaksanakan secara terstruktur sehingga siswa masih cenderung menyimpan masalah pribadi dan belum terbiasa menyampaikan



perasaan kepada guru maupun teman sebaya. Padahal, pembiasaan komunikasi emosional sejak usia sekolah dasar merupakan fondasi penting dalam membangun empati, ketahanan psikologis, dan kemampuan bersosialisasi (Hurlock, 2019; Borualogo & Casas, 2023).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya pemberdayaan sekolah melalui penyediaan media edukasi yang komunikatif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk program pendampingan perancangan poster kesehatan mental remaja sebagai media informasi bagi siswa MIS Nurul Ummah. Program ini bertujuan meningkatkan literasi kesehatan mental, menumbuhkan keberanian peserta didik untuk mengomunikasikan perasaan dan permasalahan yang dihadapi, serta memperkuat lingkungan sekolah yang lebih suportif terhadap perkembangan psikososial anak.

## **METODE**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan aplikatif. Pendekatan partisipatif diterapkan dengan melibatkan pihak mitra sejak tahap identifikasi kebutuhan hingga evaluasi kegiatan sehingga solusi yang dihasilkan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan lapangan (Creswell & Creswell, 2023; Spinuzzi, 2005). Pendekatan aplikatif diwujudkan melalui perancangan dan pemanfaatan media poster kesehatan mental sebagai solusi yang sesuai dengan kebutuhan sekolah. Pendekatan tersebut dipilih karena mampu menghasilkan program yang kontekstual, mudah diterapkan, dan berkelanjutan dalam lingkungan pendidikan dasar.

Subjek kegiatan adalah siswa dan pihak sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) Nurul Ummah yang berlokasi di Kecamatan Cisarua, Kabupaten Bogor. Mitra berperan dalam memberikan informasi mengenai kondisi sekolah, mengidentifikasi kebutuhan peserta didik, memberikan masukan terhadap rancangan poster, serta mengevaluasi hasil kegiatan. Informasi yang diperoleh melalui observasi awal dan komunikasi dengan pihak sekolah menjadi dasar dalam menentukan tema, pesan utama, serta konsep visual poster kesehatan mental.

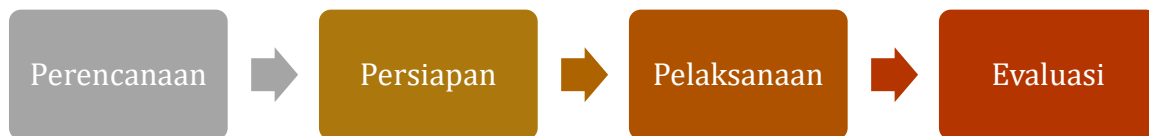
Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui empat tahapan, yaitu perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, tim melakukan koordinasi internal, pembagian tugas, penyusunan jadwal kegiatan, serta identifikasi permasalahan yang dihadapi mitra. Tahap ini juga mencakup pengumpulan informasi mengenai literasi kesehatan mental anak sebagai dasar penyusunan materi komunikasi visual.

Tahap persiapan meliputi penyusunan konsep poster, penentuan pesan utama, pembuatan sketsa desain, serta proses digitalisasi. Perancangan poster dilakukan dengan menerapkan prinsip desain komunikasi visual yang komunikatif, persuasif, dan ramah anak melalui pemilihan ilustrasi, tipografi, warna, serta tata letak yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

Pada tahap pelaksanaan, poster yang telah selesai dirancang diserahkan kepada pihak sekolah disertai penjelasan mengenai tujuan, makna visual, dan strategi pemanfaatannya sebagai media informasi. Poster kemudian dipasang pada lokasi-lokasi strategis di lingkungan sekolah agar mudah diakses dan menjadi media edukasi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh siswa.



Tahap evaluasi dilakukan melalui diskusi bersama pihak sekolah untuk menilai kesesuaian desain dengan kebutuhan mitra, kejelasan penyampaian pesan, daya tarik visual, serta potensi pemanfaatannya sebagai media literasi kesehatan mental. Masukan dari mitra digunakan sebagai bahan refleksi untuk penyempurnaan desain maupun pelaksanaan kegiatan berikutnya (Miles dkk., 2020). Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat dilihat pada Diagram 1.



**Diagram 1** Tahapan Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat

Melalui tahapan tersebut, kegiatan pengabdian diharapkan menghasilkan media informasi yang sesuai dengan kebutuhan sekolah serta mendukung peningkatan literasi kesehatan mental dan terciptanya lingkungan belajar yang lebih suportif bagi siswa..

## HASIL



**Gambar 1** Desain Akhir (*Final Work*) Poster Kesehatan Mental Remaja: Bicara itu Penting

Berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan mitra, kegiatan pengabdian ini menghasilkan solusi berupa perancangan poster kesehatan mental sebagai media informasi bagi siswa MIS Nurul Ummah. Hubungan antara permasalahan yang dihadapi mitra, solusi yang diberikan, dan luaran kegiatan disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1** Keterkaitan Permasalahan Mitra, Solusi dan Luaran Program

| Permasalahan Mitra                            | Solusi yang Diberikan               | Luaran                              |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Belum tersedia media edukasi Kesehatan mental | Perancangan poster kesehatan mental | Poster bertema “Bicara itu Penting” |



| Permasalahan Mitra                             | Solusi yang Diberikan                                         | Luaran                                                        |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Rendahnya literasi Kesehatan mental siswa      | Penyusunan pesan edukatif yang sederhana dan komunikatif      | Media informasi yang mudah dipahami siswa                     |
| Siswa belum terbiasa mengungkapkan perasaan    | Penyampaian pesan yang mendorong komunikasi emosional positif | Meningkatnya kesadaran pentingnya berbicara mengenai perasaan |
| Terbatasnya media komunikasi visual di sekolah | Penempatan poster pada area strategis sekolah                 | Media edukasi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan    |

Tabel 1 menunjukkan bahwa setiap solusi yang dirancang secara langsung mengacu pada permasalahan yang dihadapi mitra. Luaran yang dihasilkan tidak hanya berupa poster sebagai media komunikasi visual, tetapi juga menjadi sarana edukasi yang diharapkan mampu meningkatkan literasi kesehatan mental serta mendorong terbentuknya budaya komunikasi yang lebih terbuka di lingkungan sekolah. Berdasarkan luaran tersebut, selanjutnya dilakukan proses perancangan poster.

Konsep perancangan poster dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berangkat dari kebutuhan akan media edukasi visual yang mampu menjembatani isu kesehatan mental anak secara sederhana, komunikatif, dan tidak menimbulkan stigma. Pada konteks siswa sekolah dasar, kesehatan mental tidak dapat disampaikan melalui pendekatan medis atau terminologi psikologis yang kompleks, melainkan melalui bahasa visual dan narasi yang dekat dengan pengalaman keseharian anak.

Kesehatan mental pada anak berkaitan erat dengan kemampuan mengenali emosi, mengekspresikan perasaan, serta merasa aman untuk berbicara tentang masalah yang dialami. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang terbiasa mengekspresikan emosi secara terbuka memiliki tingkat resiliensi psikologis yang lebih baik dan risiko gangguan emosional yang lebih rendah (Santrock, 2022; Borualogo & Casas, 2023). Oleh karena itu, konsep utama yang diusung dalam perancangan poster ini adalah *komunikasi emosional yang aman*, yang dirumuskan dalam pesan kunci “Bicara Itu Penting”.

Poster dirancang sebagai media komunikasi visual yang berfungsi tidak hanya sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai *stimulus psikologis* yang mendorong keberanian siswa untuk berbicara. Pendekatan ini sejalan dengan teori komunikasi visual yang menyatakan bahwa gambar dan teks yang dirancang secara tepat mampu memengaruhi sikap, persepsi, dan perilaku audiens, terutama pada anak-anak yang masih berada pada tahap perkembangan konkret operasional (Lester, 2018).

Secara visual, konsep perancangan menghindari representasi kesedihan ekstrem, tekanan, atau konflik yang berpotensi menimbulkan kecemasan. Sebaliknya, poster mengusung pendekatan positif melalui ilustrasi yang ramah anak, ekspresi wajah yang hangat, serta suasana visual yang menenangkan. Pendekatan visual positif ini didasarkan pada temuan bahwa pesan kesehatan mental yang disampaikan melalui visual yang suportif dan tidak menghakimi lebih mudah diterima oleh anak dan remaja (WHO, 2023).

Dalam aspek tata letak (*layout*), poster dirancang dengan komposisi yang sederhana dan terfokus agar pesan utama dapat ditangkap dengan cepat. Prinsip *sequence* dan *emphasis* digunakan untuk menempatkan pesan “Bicara Itu Penting” sebagai pusat perhatian visual, sehingga audiens langsung memahami inti pesan sebelum membaca elemen pendukung lainnya. Prinsip *balance* dan *unity* diterapkan untuk menciptakan



kesan visual yang stabil, harmonis, dan tidak membebani persepsi visual siswa (Rustan, 2019).

Tipografi yang digunakan mengacu pada jenis huruf sans-serif dengan karakter membulat dan tingkat keterbacaan tinggi. Pemilihan tipografi ini didasarkan pada kajian tipografi anak yang menyebutkan bahwa huruf sans-serif lebih mudah dikenali dan dibaca oleh anak usia sekolah dasar, serta memberikan kesan ramah, modern, dan tidak mengintimidasi (Ambrose & Harris, 2015). Warna-warna yang digunakan cenderung hangat dan menenangkan, seperti hijau dan biru lembut, yang secara psikologis diasosiasikan dengan rasa aman, tenang, dan keterbukaan emosional (Elliot & Maier, 2014).

Ilustrasi pada poster berfungsi sebagai bahasa visual yang menjembatani keterbatasan kemampuan verbal siswa. Gambar tidak hanya berperan sebagai elemen estetis, tetapi juga sebagai simbol yang menyampaikan makna bahwa berbicara, berbagi, dan saling mendukung adalah bagian dari kehidupan sekolah yang sehat. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa ilustrasi dalam media edukasi anak memiliki peran penting dalam membangun pemahaman konseptual dan empati sosial (Arsyad, 2020).

Hasil perancangan poster diwujudkan melalui penerapan prinsip-prinsip desain komunikasi visual yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Setiap elemen visual dirancang untuk mendukung penyampaian pesan secara efektif sehingga poster tidak hanya menarik secara estetis, tetapi juga mampu memperkuat fungsi edukatifnya. Karakteristik hasil perancangan poster disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2** Karakteristik Perancangan Poster Kesehatan Mental “Bicara itu Penting

| Aspek Perancangan            | Hasil yang Dicapai                                                                             | Tujuan                                                                  |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Identifikasi Kebutuhan       | Ditemukan kebutuhan media edukasi mengenai Kesehatan mental anak di lingkungan MIS Nurul Ummah | Menemukan fokus perancangan media sesuai kebutuhan mitra                |
| Konsep Poster                | Mengangkat teman “Bicara itu Penting” dengan pendekatan komunikasi emosional yang aman         | Mendorong siswa mengenali emosi dan berani mengungkapkan perasaan       |
| Ilustrasi                    | Menggunakan ilustrasi bergaya ramah anak dengan ekspresi hangat dan suasana positif            | Membangun rasa aman dan mengurangi stigma terhadap isu Kesehatan mental |
| Tata Letak ( <i>Layout</i> ) | Menerapkan prinsip <i>Sequence</i> , <i>emphasis</i> , <i>balance</i> , dan <i>unity</i>       | Memudahkan siswa memahami pesan utama secara tepat                      |
| Tipografi                    | Menggunakan huruf <i>sans-serif</i> yang mudah dibaca                                          | Meningkatkan keterbacaan bagi siswa sekolah dasar                       |
| Warna                        | Menggunakan dominasi warna hijau dan biru lembut                                               | Menciptakan kesan tenang, nyaman dan mendukung keterbukaan emosional    |
| Implementasi                 | Poster diserahkan kepada pihak sekolah dan dipasang pada lokasi strategis                      | Menjadikan poster sebagai media informasi yang mudah diakses siswa      |



| Aspek Perancangan | Hasil yang Dicapai                                                                                | Tujuan                                                                                             |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Luaran Kegiatan   | Tersedianya poster edukasi Kesehatan mental sebagai media komunikasi visual di lingkungan sekolah | Mendukung peningkatan literasi Kesehatan mental dan membangun budaya komunikasi yang lebih terbuka |

Berdasarkan Tabel 2, setiap unsur desain memiliki fungsi yang saling mendukung dalam membangun efektivitas komunikasi visual. Pemilihan ilustrasi, tata letak, tipografi, dan warna tidak hanya mempertimbangkan aspek estetika, tetapi juga disesuaikan dengan karakteristik perkembangan kognitif dan emosional siswa sekolah dasar. Integrasi berbagai elemen tersebut menghasilkan poster yang komunikatif, mudah dipahami, serta mendukung penyampaian pesan mengenai pentingnya keberanian berbicara dan menjaga kesehatan mental. Wujud akhir poster yang dihasilkan dalam kegiatan pengabdian ini ditampilkan pada Gambar 1.

Dengan demikian, konsep perancangan poster kesehatan mental *“Bicara Itu Penting”* dibangun atas dasar integrasi antara kajian psikologi perkembangan anak, teori komunikasi visual, dan prinsip desain komunikasi visual. Poster ini dirancang tidak sekadar sebagai media informasi, tetapi sebagai medium edukatif yang berkelanjutan dalam membangun kesadaran, keberanian berbicara, dan iklim psikologis yang lebih sehat di lingkungan sekolah dasar.

## PEMBAHASAN

Visualisasi poster *“Bicara itu Penting”* merupakan implementasi dari konsep komunikasi visual yang dikembangkan berdasarkan kebutuhan mitra. Perancangan tidak hanya berorientasi pada aspek estetika, tetapi juga diarahkan untuk menghasilkan media edukasi yang mampu menyampaikan pesan kesehatan mental secara sederhana, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Lester (2018) yang menempatkan visual sebagai media komunikasi yang efektif dalam membangun pemahaman, khususnya pada kelompok usia anak.

Tahap awal visualisasi dilakukan melalui penyusunan *rough sketch* sebagai media eksplorasi ide dan komposisi visual. Sketsa awal digunakan untuk menentukan posisi ilustrasi, penempatan pesan utama, serta hubungan antarunsur visual agar terbentuk alur baca (*visual flow*) yang jelas. Pada tahap ini, ilustrasi anak dipilih sebagai fokus utama karena mampu merepresentasikan sasaran kegiatan sekaligus membangun kedekatan emosional dengan audiens. Pendekatan tersebut mendukung penyampaian pesan bahwa kesehatan mental merupakan bagian dari pengalaman sehari-hari yang dapat dibicarakan secara terbuka.

Tata visual poster dirancang dengan pendekatan komposisi terpusat (*centered layout*), di mana ilustrasi anak menjadi elemen dominan yang merepresentasikan sasaran utama kegiatan. Figur anak divisualisasikan melalui ekspresi yang hangat, terbuka, dan bersahabat guna menciptakan atmosfer yang nyaman serta mendukung. Strategi representasi ini dipilih untuk mengurangi kemungkinan munculnya kesan mengancam, menghakimi, atau berjarak, sekaligus menunjukkan bahwa isu kesehatan mental merupakan bagian dari pengalaman keseharian peserta didik (WHO, 2023). Penempatan ilustrasi sebagai pusat perhatian diperkuat dengan penggunaan elemen tipografi yang sederhana dan mudah dipahami. Tahap sketsa awal dilakukan dengan pendekatan minimalis tanpa menghadirkan detail yang berlebihan, sehingga proses eksplorasi dapat



berfokus pada pengolahan bentuk, perbandingan proporsi, serta harmonisasi komposisi sebelum dilanjutkan ke proses digitalisasi.



**Gambar 2** Sketsa Kasar (*Rough Sketch*)

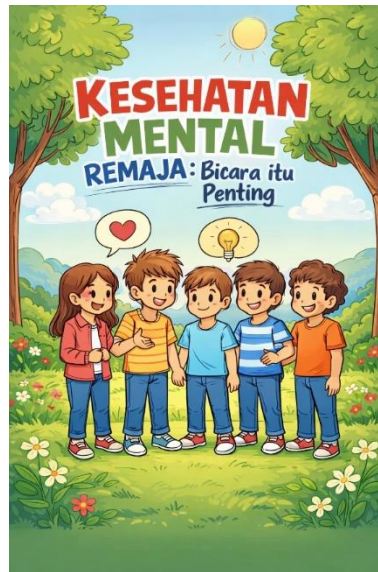
Tahap berikutnya adalah pengembangan *outline sketch*, yaitu penyempurnaan struktur ilustrasi sebelum memasuki proses digitalisasi. Pada tahap ini, proporsi objek, ekspresi tokoh, gestur, serta penempatan elemen teks diperjelas sehingga membentuk hierarki visual yang lebih terarah. Pesan utama “Bicara itu Penting” ditempatkan sebagai *point of interest* melalui penerapan prinsip *emphasis*, sedangkan unsur visual lainnya berfungsi memperkuat makna pesan secara keseluruhan. Menurut Rustan (2019), penerapan hierarki visual merupakan salah satu prinsip penting dalam desain komunikasi visual karena membantu audiens mengenali informasi utama secara lebih cepat.



**Gambar 3** Pengembangan Sketsa (*Outline Sketch*)

Selanjutnya, proses digitalisasi dilakukan melalui tahap pewarnaan (*digital coloring*). Pemilihan warna hijau dan biru lembut bertujuan membangun kesan tenang,

aman, dan suportif sehingga sesuai dengan tema kesehatan mental. Warna-warna tersebut dipadukan dengan aksesoris yang lebih hangat untuk memberikan suasana optimis tanpa mengurangi kenyamanan visual. Selain itu, penggunaan tipografi sans-serif dengan bentuk yang sederhana dipilih untuk meningkatkan keterbacaan serta memberikan kesan ramah bagi siswa sekolah dasar. Kombinasi warna, ilustrasi, dan tipografi tersebut memperkuat fungsi poster sebagai media komunikasi visual yang mudah dipahami sekaligus menarik perhatian peserta didik (Ambrose & Harris, 2015; Elliot & Maier, 2014).



**Gambar 4** Pewarnaan (*Coloring*)

Tahap akhir berupa penyusunan *final artwork*, yaitu penyempurnaan seluruh elemen visual sebelum poster digunakan sebagai media informasi di lingkungan sekolah. Penyempurnaan dilakukan melalui penyesuaian kontras warna, penguatan hierarki visual pada judul, perapian ilustrasi, serta penempatan identitas institusi secara proporsional. Perubahan tersebut bertujuan meningkatkan keterbacaan, memperjelas fokus visual, dan menghasilkan komposisi yang lebih harmonis. Dengan demikian, poster tidak hanya memenuhi aspek estetika, tetapi juga memiliki fungsi komunikatif sebagai media edukasi kesehatan mental yang dapat digunakan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

Hasil visualisasi menunjukkan bahwa pendekatan desain komunikasi visual mampu menerjemahkan konsep literasi kesehatan mental ke dalam media yang mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar. Integrasi ilustrasi yang ramah anak, tata letak yang sederhana, tipografi yang mudah dibaca, serta pemilihan warna yang menenangkan menghasilkan poster yang tidak hanya informatif, tetapi juga mampu membangun suasana positif dan mendukung keberanian siswa untuk mengungkapkan perasaan. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa media komunikasi visual memiliki peran strategis dalam mendukung pembelajaran, membangun kesadaran, dan mendorong perubahan perilaku di lingkungan pendidikan dasar (Lester, 2018; Arsyad, 2020).

Poster yang dihasilkan melalui kegiatan pengabdian ini memberikan alternatif media edukasi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh MIS Nurul Ummah dalam mendukung literasi kesehatan mental siswa. Keberadaan poster di lingkungan sekolah tidak hanya berfungsi sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai

peringat visual yang mendorong siswa untuk lebih terbuka dalam mengomunikasikan perasaan dan mencari bantuan ketika menghadapi permasalahan. Dengan demikian, luaran kegiatan tidak berhenti pada produk desain, tetapi berkontribusi terhadap penguatan lingkungan sekolah yang lebih suportif terhadap perkembangan psikososial peserta didik.

## SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui pendampingan perancangan poster edukasi “Kesehatan Mental Remaja: Bicara itu Penting” di MIS Nurul Ummah Cisarua-Bogor berhasil menghasilkan media komunikasi visual yang mendukung penguatan literasi kesehatan mental bagi siswa sekolah dasar. Kegiatan ini berangkat dari kebutuhan mitra terhadap media edukasi yang mampu menyampaikan pesan mengenai pentingnya komunikasi emosional, keterbukaan dalam menyampaikan perasaan, serta keberanian mencari dukungan ketika menghadapi permasalahan.

Proses perancangan yang dilakukan secara bertahap, mulai dari identifikasi kebutuhan, penyusunan konsep pesan, eksplorasi elemen visual, hingga finalisasi desain, menghasilkan poster dengan pendekatan visual yang sesuai dengan karakteristik anak. Penggunaan ilustrasi yang ramah, bahasa yang sederhana, serta komposisi visual yang komunikatif menjadikan poster sebagai media edukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membangun suasana psikologis yang aman bagi siswa untuk memahami isu kesehatan mental.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penerapan prinsip desain komunikasi visual dalam konteks pendidikan dapat menjadi strategi pendukung dalam membangun kesadaran kesehatan mental sejak usia dini. Poster yang dihasilkan berpotensi menjadi media pengingat di lingkungan sekolah serta membantu menciptakan budaya komunikasi yang lebih terbuka antara siswa, guru, dan lingkungan pendidikan.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi dalam pemanfaatan keilmuan desain komunikasi visual untuk merespons kebutuhan sosial di bidang pendidikan, khususnya dalam mendukung upaya peningkatan pemahaman dan kepedulian terhadap kesehatan mental anak melalui media visual yang edukatif dan humanis.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Program Studi Desain Komunikasi Visual yang telah memfasilitasi tamasya akademik 2025 dan Pengabdian kepada Masyarakat di MIS Nurul Ummah pada 6-7 November 2025.

## REFERENSI

- Ambrose, G., & Harris, P. (2015). *Typography*. London: Bloomsbury.
- Amelia, B., Yektyastuti, R., & Effane, A. (2024). Pengembangan poster berbasis microlearning sebagai media pembelajaran. *Karimah Tauhid*, 3(9), 10828–10849.
- Arsyad, A. (2020). *Media Pembelajaran*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Borualogo, I. S., & Casas, F. (2023). Children’s mental health and school well-being. *Child Indicators Research*, 16(2), 455–472.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6th ed.). SAGE.



- Elliot, A. J., & Maier, M. A. (2014). Color psychology: Effects of perceiving color on psychological functioning. *Annual Review of Psychology*, 65, 95–120.
- Hurlock, E. B. (2019). *Child Development*. New York: McGraw-Hill.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Laporan Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja Indonesia*. Jakarta.
- Lester, P. M. (2018). *Visual Communication: Images with Messages*. Boston: Cengage Learning.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4th ed.). SAGE.
- Rahmat, R., Rahim, M., Puluhalawa, M., & Wantu, T. (2024). Poster edukasi sebagai media pencegahan masalah psikososial siswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 4(2), 110–116.
- Rustan, S. (2019). *Layout Dasar dan Penerapannya*. Jakarta: Gramedia.
- Santrock, J. W. (2022). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent Mental Health*. Geneva: WHO.
- Spinuzzi, C. (2005). The Methodology of Participatory Design. *Technical Communication*, 52(2), 163–174.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent Mental Health*. Geneva: WHO.

