

**PERANCANGAN DESAIN KARAKTER UNTUK ANIMASI 2D  
FENOMENA *BURNOUT* PADA MAHASISWA  
DKV TELKOM UNIVERSITY  
*CHARACTER DESIGN FOR 2D ANIMATION OF THE BURNOUT  
PHENOMENON ON VISUAL COMMUNICATION DESIGN  
STUDENTS AT TELKOM UNIVERSITY***

Athaya Sesikofhanun Munafatimah<sup>1</sup>, Rully Sumarlin<sup>2</sup>, dan Angelia Lionardi<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>S1 Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom, Jl. Telekomunikasi No. 1,  
Terusan Buahbatu - Bojongsoang, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 40257  
athayasm@student.telkomuniversity.ac.id, rullysumarlin@telkomuniversity.ac.id,  
angelialionardi@telkomuniversity.ac.id

**Abstrak:** *Burnout* adalah stress kerja yang ditandai dengan kelelahan fisik dan emosional. Tidak hanya pekerja kantor, mahasiswa pun dapat mengalami *burnout* yang diakibatkan oleh perkuliahan. *Burnout* memiliki gejala apatis terhadap pekerjaan, yang menyebabkan berkurangnya performa kerja. Pada mahasiswa, *burnout* menyebabkan turunnya kualitas mahasiswa dalam mengerjakan tugas kuliah, berkurangnya nilai, dan bersikap tidak peduli terhadap perkuliahan. Melihat hal ini, maka dibuatlah animasi 2 dimensi dengan perancangan karakter yang membahas fenomena tersebut dengan tujuan memperkenalkan *burnout* pada mahasiswa. Perancangan karakter dibuat dengan melihat karakteristik mahasiswa DKV Telkom University yang mengalami *burnout*. Dilakukan pengumpulan data menggunakan metode kualitatif berupa observasi yang dilakukan di kampus FIK Telkom University, studi pustaka terkait *burnout* dan perancangan desain karakter, wawancara terhadap psikolog dan mahasiswa DKV Telkom University, dan penyebaran kuesioner kepada mahasiswa DKV Telkom University. Dari perancangan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri mahasiswa DKV Telkom University yang mengalami *burnout* memiliki kantung mata gelap, berkulit sawo matang, membawa ransel, dan membawa buku sketsa untuk keperluan kuliah.

**Kata kunci:** animasi, *burnout*, mahasiswa, perancangan desain karakter

**Abstract:** *Burnout* is work stress which is characterized by physical and emotional exhaustion. Not only office workers, students can also experience *burnout* caused by lectures. *Burnout* has symptoms of apathy towards work, which leads to reduced

work performance. In college students, burnout causes a decrease in the quality of students in doing lectures, reduced grades, and being indifferent to lectures. Seeing this, then made a 2-dimensional animation with character design that discusses this phenomenon with the aim of introducing burnout to students. Character design is made by looking at the characteristics of DKV Telkom University students who experience burnout. Data were collected using qualitative methods in the form of observations made on the FIK Telkom University campus, literature studies related to burnout and character design design, interviews with psychologists and DKV Telkom University students, and distributing questionnaires to DKV Telkom University students. From the design that has been done, it can be concluded that the characteristics of DKV Telkom University students who experience burnout have dark eye bags, brown skin, carry backpacks, and carry sketchbooks for college purposes.

**Keywords:** animation, burnout, character design, college student

## PENDAHULUAN

Untuk mengurangi penyebaran Covid-19 dilakukan perkuliahan daring oleh kampus-kampus di Indonesia, begitu pula dengan Telkom University yang telah menerapkannya sejak tahun 2020. Namun perkuliahan daring memiliki dampak negatif yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kejenuhan dan lebih menyukai perkuliahan tatap muka (Febriani, dkk., 2021). Dalam jurnalnya, Alsad (2021 dalam Febriani, dkk., 2021) menjelaskan bahwa berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa KFU tahun 2021, sebanyak 56,7% mahasiswa menganggap perkuliahan daring memiliki dampak buruk bagi kinerja belajar dan 54,7% merasa bahwa perkuliahan daring juga berdampak buruk bagi kesehatan mental mereka. Kejenuhan dan kelelahan akibat perkuliahan daring ini dapat menyebabkan *burnout*. Dari pengumpulan data yang telah dilakukan, 58 responden dari mahasiswa DKV Telkom University menjawab sebanyak 44,8% merasa mengalami *burnout* dan 31 % merasa mengalami *burnout* ringan.

*Burnout* merupakan stres kerja kronis dengan gejala kelelahan emosional dan fisik, tidak menyukai pekerjaannya, dan turunnya performa kerja (Scott, 2020). Pertama kali ditemukan tahun 1974 oleh Dr. Herbert

Freudenberger yang menemukan gejala yang mirip dari pasien-pasiennya yang diakibatkan oleh pekerjaan mereka. Tuntutan yang tinggi dalam pekerjaan merupakan salah satu penyebab terjadinya tekanan dalam diri seseorang yang menyebabkan terjadinya *burnout* (Maslach dan Leiter, 2016 dalam Putra, dkk., 2020: 120). Namun tidak hanya pekerja yang dapat mengalami *burnout*. Pada videonya yang berjudul *The History of Burnout*, Kati Morton menyebutkan bahwa *burnout* dapat terjadi pada siapa saja, termasuk mahasiswa.

*Burnout*, pada mahasiswa, diakibatkan oleh kegiatan perkuliahan. Terdapat beberapa faktor penyebab *burnout* pada mahasiswa, seperti tugas yang banyak, lingkungan perkuliahan yang tidak baik, juga beberapa faktor di luar perkuliahan yang mempengaruhi kehidupan mahasiswa. *Burnout* menyebabkan menurunnya minat belajar, sulit berkonsentrasi, dan tidak menikmati atau bahkan membenci kegiatan perkuliahan (Febriani, dkk., 2021:34). Akibatnya, mahasiswa memiliki nilai akademik yang memburuk dan turunya performa belajar selama perkuliahan.

Animasi tercipta dari banyak gambar yang disusun dengan kecepatan tertentu (Munir, 2012). Animasi 2D memiliki target audiens yang cukup fleksibel, tergantung dari pemilihan pengayaan dan cerita animasi (Putra dan Yasa, 2020), sehingga kalangan remaja pun dapat menikmati animasi 2D. Carnegie (Tinarbuko, 2020) menjelaskan bahwa animasi merupakan media yang baik untuk menyampaikan informasi mengenai suatu fenomena sosial yang terjadi di masyarakat. Animasi pun merupakan media komunikasi satu arah sehingga penyampaian informasinya dapat lebih terpusatkan (Lionardi, 2021). Pembuatan animasi 2D memiliki beberapa tahap, salah satu tahapan yang penting dalam pembuatannya yaitu perancangan desain karakter. Desain karakter adalah sebuah konsep rancangan gambar sesuatu atau seseorang yang memiliki ciri khas tersendiri dengan memperhatikan sifat,

fisik, dan kehidupannya dalam cerita (Ruyattman, 2013). Dalam merancang desain karakter pun melalui beberapa tahap, seperti menentukan shape dasar karakter, membuat siluet, pemilihan warna, menggambar anatomi, gestur, ekspresi, menentukan gaya penggambaran, sampai merancang kostum dari karakter.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode campuran kualitatif dengan kuantitatif, yaitu memahami data yang didapat secara mendalam dan dijadikan teori dengan dilakukan juga penelitian kepada kelompok tertentu (Hardani, dkk., 2020). Metode kualitatif dipilih karena penelitian dilakukan dengan tujuan memahami situasi sosial dengan dilakukan observasi, wawancara, dan studi pustaka untuk mengumpulkan data, kemudian data tersebut diperkuat oleh metode kuantitatif dengan dilakukan penelitian sampel dari populasi (Siyoto dan Sodik, 2015).

## **LANDASAN TEORI**

### ***Burnout***

*Burnout* adalah stres kerja kronis dengan gejala kelelahan, tidak menyukai pekerjaannya, dan turunnya performa kerja (Scott, 2020). Maslach dan Leiter (2016 dalam Putra, dkk., 2020: 120) menjelaskan bahwa burnout merupakan akibat dari situasi yang penuh tekanan dalam diri seseorang akibat pekerjaan yang dijalani. Kati Morton, dalam video berjudul *The History of BURNOUT!*, menjelaskan bahwa burnout adalah kelelahan fisik dan mental yang diakibatkan oleh kehidupan pekerjaan.

Dalam video dengan judul *What is Burnout?* yang diunggah oleh University of California Television di YouTube, Dr. Larissa Thomas menjelaskan

bahwa terdapat 3 komponen dari burnout, yaitu kelelahan emosional, sinisme, dan ketidakefektifan. Dr. Larissa Thomas juga mengatakan bahwa burnout disebabkan oleh adanya ketidakcocokan dari apa yang kita inginkan dengan kenyataan yang ada. Ihda Fadila, dalam website hellosehat, juga menyebutkan beberapa penyebab burnout, antara lain kondisi tempat kerja yang buruk, kurangnya dukungan sosial, dan sedikit atau bahkan tidak melakukan aktivitas lain selain bekerja. Burnout pun bisa terjadi pada mahasiswa. Perempuan lebih cenderung mengalami burnout daripada laki-laki. Dalam artikel "Why do Women Suffer More Stress?" dari website Sha Wellness Clinic (2017) disebutkan bahwa perempuan lebih sering mengalami perubahan level hormon dibandingkan dengan laki-laki, yang menyebabkan perempuan memiliki reaksi yang lebih emosional dan lebih lelah.

Ihla Fadila menyebutkan beberapa cara untuk mengatasi burnout, yaitu membicarakannya dengan orang lain, menjauhi orang yang negatif, berelaksasi, olahraga rutin, dan tidur yang cukup. Adapun cara mencegah burnout, yaitu mencari hal positif dalam pekerjaan, berteman, mencari kegiatan lain, dan beristirahat sejenak.

### **Desain Karakter**

Menurut Melissa Ruyattman (2013), desain karakter merupakan sebuah konsep rancangan gambar sesuatu atau seseorang yang memiliki ciri khas tersendiri dengan memperhatikan sifat, fisik, tempat tinggal, dan lainnya dalam cerita. Kemudian menurut Dominika Anggraeni Purwaningsih (2017), karakter desain adalah proses membuat visual karakter untuk kebutuhan cerita. Maka dapat disimpulkan bahwa karakter desain merupakan perancangan visual karakter dengan mempertimbangkan sifat, fisik, juga kehidupannya dalam cerita.

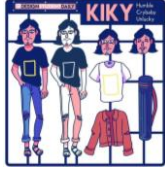



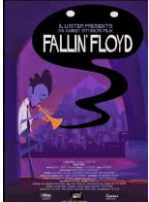
Sutiyem (2013), dalam artikel yang berjudul “Fisiologi, Psikologi, dan Sosiologi” pada laman Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Balai Bahasa Provinsi Jawa Tengah, mengatakan bahwa karakter memiliki tiga dimensi untuk lebih menghidupkan karakter. Tiga dimensi itu adalah fisiologi, psikologi, dan sosiologi. Fisiologi merupakan penampakan visual dari karakter, bentuk fisik maupun kostum dan aksesoris yang dikenakan. Psikologi merupakan keadaan psikis karakter, bagaimana perasaan hingga cara karakter berpikir. Adapun sosiologi, yaitu segala sesuatu yang berhubungan dengan kehidupan sosial karakter (Sutiyem, 2013).

Nucky Artha, dalam Webinar Creating Character Design with Striking Personality pada tanggal 30 Oktober 2021, menjelaskan bahwa dalam proses merancang desain karakter, terdapat beberapa tahapan dasar yang dilakukan, yaitu menentukan shape, color palette, dan silhouette. Adapun tahapan-tahapan yang menambah keunikan karakter, yaitu anatomy exaggeration, expression exaggeration, gesture exaggeration, art style, outfit dan items.

**DATA DAN ANALISIS DATA**

**Data dan Analisis Data Karya Sejenis**

Tabel 1 Data karya sejenis

Komik Strip <i>Design Student</i> <i>Daily</i>	Animasi <i>Burn Out</i>	Animasi <i>Quand J'ai Remplace Camille</i>	Animasi <i>Invader Zim</i>	Animasi <i>Fallin' Floyd</i>
				


Sumber: data pribadi, 2022

Dari data dan analisis karya sejenis, apat disimpulkan bahwa perancangan desain karakter yang akan dilakukan dari komik strip Design

Student Daily dengan mengambil referensi shape, silhouette, color palette, anatomy exaggeration, gesture exaggeration, expression exaggeration, art style, dan outfit dan items. Kemudian dari animasi *Burn Out* akan diambil referensi anatomy exaggeration, expression exaggeration, gesture exaggeration, dan art style. Dari animasi *Quand J'ai Remplace Camille* akan diambil referensi color palette, dan expression exaggeration. Sementara pada animasi *Invader Zim* akan diambil referensi perancangan karakter dosen, untuk animasi *Fallin' Floyd* akan diambil referensi perancangan karakter Si Hitam.

**Data dan Analisis Observasi**

Tabel 2 Data hasil observasi  
 Sumber: data pribadi, 2022

Data Observasi Karakter Mahasiswa	
Data Observasi Karakter Ibu	
Data Observasi Karakter Dosen	

Dari hasil observasi yang telah dilakukan, terdapat beberapa karakteristik mahasiswa DKV Telkom University yang dapat diambil. Karakteristik dari mahasiswa DKV Telkom University tersebut yaitu memiliki ciri ciri mata dengan pupil gelap, alis hitam, warna kulit sawo matang, dan memiliki kantung mata agak gelap. Dari data tersebut, maka perancangan desain karakter akan mengikuti ciri-ciri yang telah dianalisis dari hasil observasi.

### Data Hasil Kuesioner

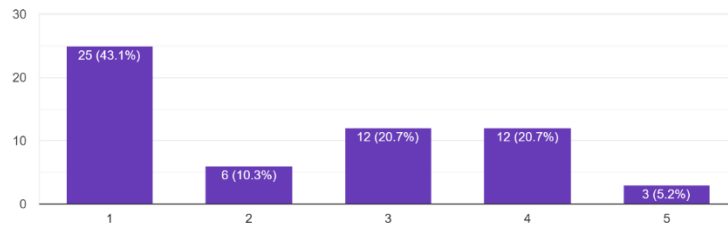
Dilakukan penyebaran kuesioner dari tanggal 29 Oktober 2022 sampai dengan 17 Januari 2022. Diperoleh responden sebanyak 58 mahasiswa DKV Telkom University.



Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (sangat lelah) sampai 5 (tidak lelah). Sebanyak 48,3% (28 orang) menjawab 2 (lelah), 27,6% (16 orang) menjawab 1 (sangat lelah), 12,1% (7 orang) menjawab 3 (netral), sebanyak 12,1% (7 orang) menjawab 4, dan 0% menjawab 5 (tidak lelah).

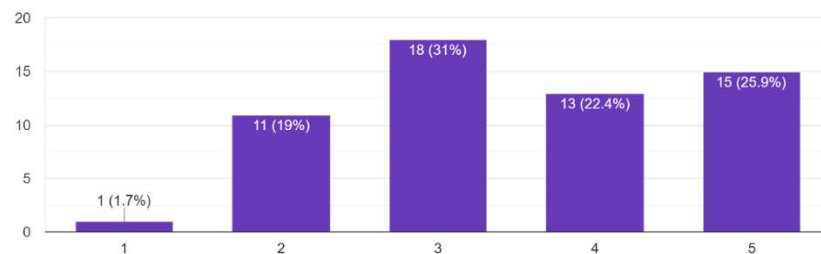


Apakah dengan liburan dapat menangani rasa lelah tersebut?  
58 responses



Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (ya) sampai 5 (tidak). Dari pertanyaan mengenai apakah liburan dapat menangani rasa lelah, sebanyak 43,1% responden (25 orang) menjawab 1 (ya), 20,7% (12 orang) menjawab 3 (netral), 20,7% (12 orang) menjawab 4, sebanyak 10,3% (6 orang) menjawab 2, dan 5,2% (3 orang) menjawab 5 (tidak).

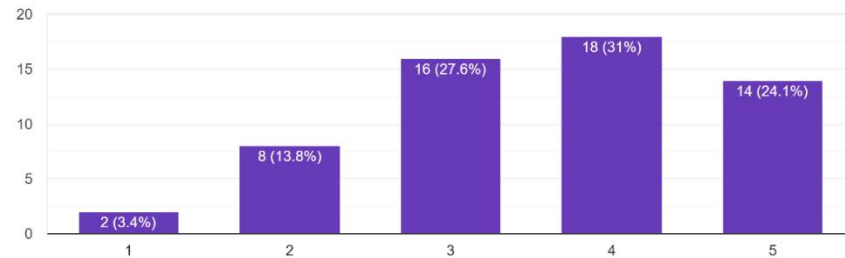
Bagaimana konsentrasi Anda selama menghadiri kelas/ mengerjakan tugas?  
58 responses



Dari pertanyaan mengenai konsentrasi mahasiswa selama perkuliahan, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (mudah berkonsentrasi) sampai 5 (sulit berkonsentrasi). Sebanyak 31% (18 orang) menjawab 3 (netral), 25,9% (15 orang) menjawab 5 (sulit berkonsentrasi), 22,4% (13 orang) menjawab 4, sebanyak 19% (11 orang) menjawab 2, dan 1,7% (1 orang) menjawab 1 (mudah berkonsentrasi).

Apakah Anda merasa kurang optimal saat mengerjakan tugas sehingga hasil yang didapatkan kurang memuaskan?

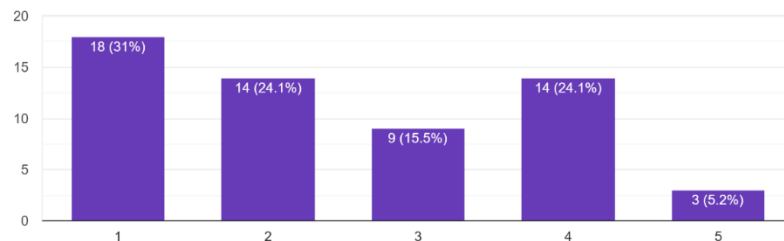
58 responses



Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (sangat optimal) sampai 5 (kurang optimal). Sebanyak 31% (18 orang) menjawab 4, 27,6% (16 orang) menjawab 3 (netral), 24,1% (14 orang) menjawab 5 (kurang optimal), sebanyak 13,8% (8 orang) menjawab 2, dan 3,4% (2 orang) menjawab 1 (sangat optimal).

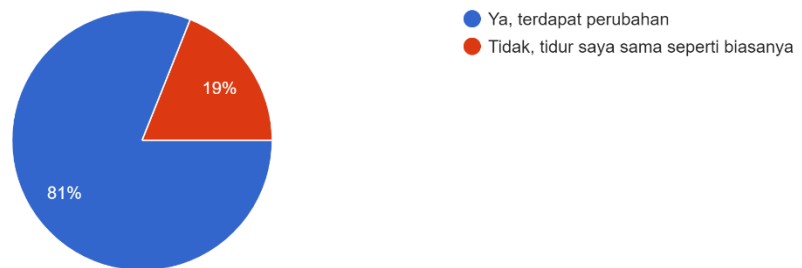
Apakah Anda mudah marah ketika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginan?

58 responses



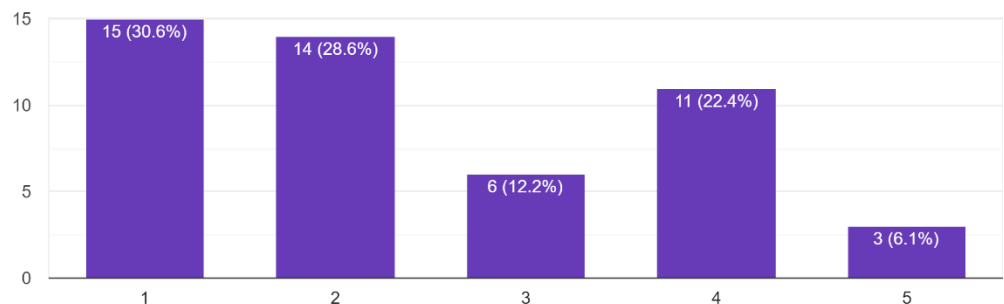
Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (mudah marah) sampai 5 (tidak mudah marah). Sebanyak 31% (18 orang) menjawab 1 (mudah marah), 24,1% (14 orang) menjawab 2, 24,1% (14 orang) menjawab 4, sebanyak 15,5% (9 orang) menjawab 3 (netral), dan 5,2% (3 orang) menjawab 5 (tidak mudah marah).

Apakah pola TIDUR Anda mengalami perubahan dari biasanya selama menjalani perkuliahan?  
58 responses



Dari 58 responden, 81% (47 orang) mengalami perubahan pola tidur dan 19% (11 orang) tidak mengalami perubahan pola tidur.

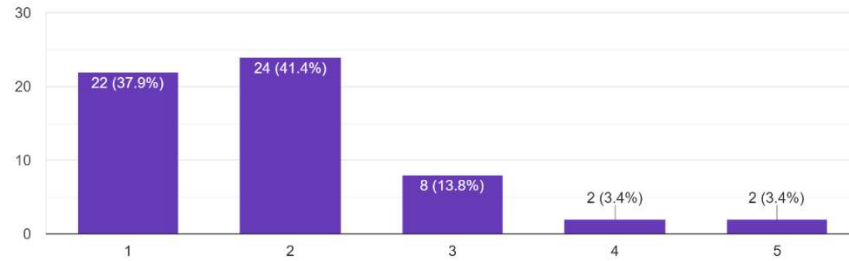
Jika IYA, seperti apa perubahan pola tidur yang Anda alami?  
49 responses



Gambar 3. 1 Grafik perubahan pola tidur mahasiswa  
Sumber: data pribadi, 2022

Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (kurang tidur) sampai 5 (lebih banyak tidur). Sebanyak 30,6% (15 orang) menjawab 1 (kurang tidur), 28,6% (14 orang) menjawab 2, 22,4% (11 orang) menjawab 4, sebanyak 12,2% (6 orang) menjawab 3 (netral), dan 6,1% (3 orang) menjawab 5 (lebih banyak tidur).

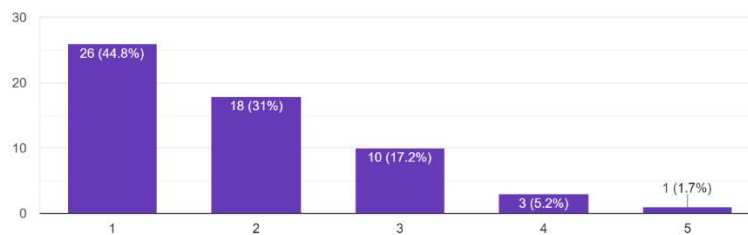
Apakah Anda merasa stress dengan tugas kuliah?  
58 responses



Gambar 3. 2 Grafik stres dengan tugas kuliah  
Sumber: data pribadi, 2022

Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (stres) sampai 5 (tidak stres). Sebanyak 41,4% (24 orang) menjawab 2, 37,9% (22 orang) menjawab 1 (stres), 13,8% (8 orang) menjawab 3 (netral), sebanyak 3,4% (2 orang) menjawab 4, dan 3,4% (2 orang) menjawab 5 (tidak stres).

Menurut Anda, apakah Anda mengalami burnout selama menjalani perkuliahan?  
58 responses



Gambar 3. 3 Grafik Mahasiswa Merasa Mengalami *Burnout*  
Sumber: Data Pribadi, 2022

Dari pertanyaan selanjutnya, dibuatlah jawaban dengan bentuk skala dengan skala 1 (ya, saya merasa) sampai 5 (tidak, saya tidak merasa). Sebanyak 44,8% (26 orang) menjawab 1 (ya, saya merasa), 31% (18 orang)

menjawab 2, 17,2% (10 orang) menjawab 3 (netral), sebanyak 5,2% (3 orang) menjawab 4, dan 1,7% (1 orang) menjawab 5 (tidak, saya tidak merasa).

## **KONSEP DAN HASIL PERANCANGAN**

### **Konsep Pesan**

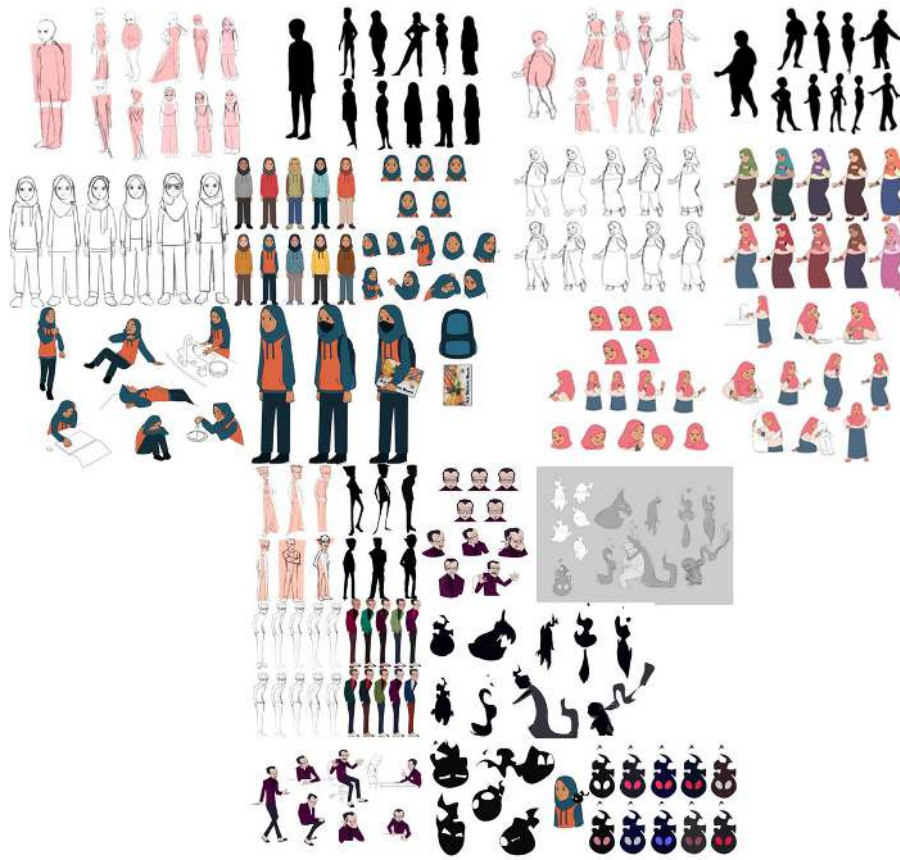
Dibuatlah perancangan desain karakter yang berdasarkan cerita mengenai burnout pada mahasiswa. Dari perancangan tersebut terdapat pesan yang ingin disampaikan, yaitu ingin menyampaikan informasi tentang burnout yang terjadi pada mahasiswa akibat perkuliahan.

### **Konsep Kreatif**

Perancangan desain karakter terdiri dari tahap praproduksi, produksi, dan pascaproduksi. Pada tahap awal praproduksi, dilakukan pencarian karya sejenis yang akan dianalisa. Kemudian dibuatlah sketsa perancangan berdasarkan naskah cerita yang telah dibuat dan hasil analisis karya sejenis. Perancangan desain karakter menggunakan penggayaan dari penggabungan hasil analisis karya sejenis. Pada tahap produksi, dilakukan penggambaran shape, color palette, siluet, anatomy exaggeration, gesture exaggeration, expression exaggeration, art style, dan outfit dan items. Pada pascaproduksi dilakukan tes gerak dari gestur karakter yang dibuat.

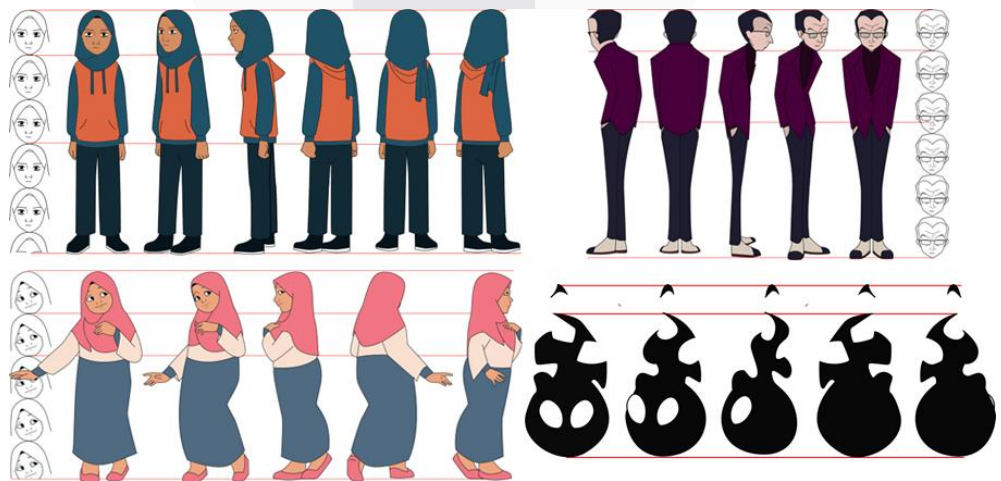
### **Konsep Visual**

Naskah cerita menceritakan tentang Dhara, salah satu mahasiswa jurusan desain yang mengalami burnout akibat kegiatan perkuliahan. Dhara, yang mulai merasa tidak menyukai perkuliahannya, menjadi mudah marah dan sangat kelelahan. Lalu muncul Si Hitam, makhluk api berwarna hitam yang merupakan perwujudan dari burnout yang Dhara alami. Semakin lama Si Hitam bertambah besar seiring bertambah parahnya burnout yang Dhara alami.



Gambar 1 Konsep visual  
Sumber: data pribadi, 2022

### Hasil Perancangan



Gambar 2 Hasil perancangan  
Sumber: sata pribadi, 2022

## KESIMPULAN

Setelah dilakukan observasi terhadap mahasiswa DKV Telkom University yang mengalami burnout, maka dapat disimpulkan terdapat karakteristik yang dimiliki mahasiswa. Mahasiswa DKV Telkom University yang mengalami burnout yang telah diobservasi memiliki ciri-ciri kulit sawo matang, tinggi 150-157 cm, dan memiliki kantung mata berwarna gelap. Kemudian, dari mahasiswa data observasi juga ditemukan outfit dan items yang dikenakan ketika berkuliah. Mahasiswa DKV Telkom University yang telah diobservasi mengenakan kerudung, memakai masker, baju berlengan panjang, mengenakan tas ransel, dan membawa buku sketsa.

Dalam perancangan desain karakter untuk keperluan animasi 2D mengenai burnout pada mahasiswa DKV Telkom University yang telah dibuat, dapat diketahui tahapan yang dilakukan. Tahapan dalam merancang desain karakter adalah melakukan analisis terhadap cerita, hasil data observasi, dan data karya sejenis sebagai acuan perancangan, kemudian menentukan tiga dimensi karakter (fisik, psikologi, dan sosial), shape dasar karakter, membuat siluet, pemilihan warna, menggambar anatomi, gestur, ekspresi, menentukan gaya penggambaran, sampai merancang kostum dari karakter.

## DAFTAR PUSTAKA

- Artha, Nucky. (2021). Creating Character Design with Striking Personality. Webinar Mata Muda Indonesia: 30 Oktober 2021. Aplikasi Zoom.
- Fadila, Ihda. (2022). "Waspada Burnout Syndrome Akibat Stres Pekerjaan", <https://helohehat.com/mental/stres/burnout-syndrome/>, diakses 27 Maret 2022.
- Febriani, Rahmi Dwi, dkk. (2021). "Factors Affecting Student's Burnout in Online Learning". Jurnal Neo Konseling Vol. 3 No. 3 2021.
- Fogelstrom, Elise. (2013). Investigation of Shape and Colours as Elements of Character Design. Uppsala Universitet.

- Kar, Sudarshan. (2019). "What is Character Design & How Character Designers Create Them?" <https://homesthetics.net/character-design/>, diakses 21 Oktober 2021 pukul 06.00 WIB.
- Lionardi, Angelia. (2021). "Perancangan Animasi 2D sebagai Media Edukasi tentang Penyu bagi Anak-Anak". NIRMANA, Vol. 21, No. 1, Januari 2021, hal. 17 – 28.
- Munir. (2012). *Multimedia Konsep dan Aplikasi dalam Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Nieminen, Marika. (2017). *Psychology in Character Design*. South-Eastern Finland University of Applied Sciences.
- Pranata, Amalia. (2014). "Ekspresi Emosi Melalui Computer Mediated Communication pada Pengguna *Social Network Sites* di Kota Surabaya". *Jurnal E-Komunikasi* Vol. 2 No.3.
- Purwaningsih, D. Anggraeni. (2017). "Character Design in Indonesian Animated Series: Escaping the Shadow of Foreign Hegemony". *Ultimart: Jurnal Komunikasi Visual* Vol. IX, No. 2 Desember 2017 hal. 48-60.
- Putra, G. L. A. K., dan G. P. P. A. Yasa. (2020). "Estetika Karakter Animasi pada Media Komunikasi Visual dengan Katagori *Audience Remaja*". *Jurnal Bahasa Rupa*, Vol. 04 No. 01 – Oktober 2020.
- Putra, W. T. G., Hakim, A. L. Hakim, dan T. Kartasudjana. (2021). "Working virtually, exhausting in reality: Virtual cause of burnout in the age of a pandemic". Dalam *Dynamics of Industrial Revolution 4.0: Digital Technology Transformation and Cultural Evolution*, hal. 119 – 124.
- Ruyattman, Melissa. (2013). *Perancangan Buku Panduan Membuat Desain Karakter Fiksi Dua Dimensi secara Digital*. Surabaya.
- Scott, Elizabet. (2020). "Burnout Symptoms and Treatment". <https://www.verywellmind.com/stress-and-burnout-symptoms-and-causes-3144516>, diakses 27 Maret 2022 pukul 20.16.
- Sofiah, Rodatus, Suhartono, dan Ratna Hidayah. (2020). "Characteristics Analysis of Technolofy Society (STS) as a Model of Teaching: A Literature Study". *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan* Vol. 7 No. 1. Mei 2020.
- Sutiyem. (2013). "Fisiologis, Psikologi, dan Sosiologi". <https://balaibahasajateng.kemdikbud.go.id/2013/02/fisiologis-psikologi-dan-sosiologi/>, diakses tanggal 27 Maret 2022.
- Thomas, Larissa. (2018). What is Burnout? Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=-pRFnLckYc0>, diakses 27 Maret 2022.
- Tinarbuko, Zul. (2020, 28 Maret). "Perancangan Platform Interaktif Kolaboratif: Menggunakan Animasi untuk Menceritakan Kisah-Kisah



Sensitif Para Pekerja Migran Eks-Kapal Pesiar di Amerika Serikat pada Masa Pandemi Covid-19". *Journal of Animation & Games Studies*, Vol. 7 No. 1- April 2021.

Yusuf, Yulia Pratitis. (2016). "Signifikasi Gesture dalam Komunikasi dan Interaksi dengan Orang Jepang". *Diglossia*, September 2016 (Vol. 8 No. 1).

