

# 1. Pendahuluan

## 1.1 Latar Belakang

Setiap individu pasti pernah merasakan kecemasan. Baik ketika berinteraksi dengan orang lain ataupun tuntutan yang belum terpenuhi yang membuat individu harus memenuhi tuntutan tersebut. Hal ini merupakan suatu proses dinamika psikologis yang terjadi dalam kehidupan individu.

Kecemasan yang melibatkan orang lain seringkali membuat potensi individu menjadi tidak optimal. Salah satu contohnya adalah jika individu dihadapkan pada suatu kondisi yang mengharuskan dia untuk berbicara didepan umum sementara dia tidak memiliki keberanian, maka hal ini menyebabkan kecemasan dalam dirinya dan berhubungan dengan dunia sosial. Richard menjelaskan bahwa *social anxiety disorder* adalah ketakutan akan situasi sosial dan interaksi dengan orang lain yang secara otomatis dapat membangkitkan perasaan mawas diri, penghakiman, penilaian, dan rendah diri. Atau, *social anxiety disorder* adalah ketakutan dan kecemasan dihakimi dan dievaluasi secara negatif oleh orang lain, yang mengarah pada perasaan inadkuat, malu diri, merasa bodoh, dan depresi [1].

Saat ini di Indonesia, hasil penelitian mengenai *social anxiety disorder* masih relatif jarang ditemukan sehingga data-data yang diperoleh juga masih dapat dikatakan minim. Sebaliknya, berbagai studi yang dilakukan di belahan dunia lainnya menunjukkan tingginya angka kasus *social anxiety disorder*. Salah satu hasil penelitian terdahulu bahwa di Amerika Serikat menyatakan *social anxiety disorder* merupakan masalah kesehatan mental terbesar ketiga di dunia dengan prevalensi sebesar 13.3% [2]. Sementara itu dilaporkan juga bahwa sebesar 10-15% individu di dunia ini mengalami kondisi tersebut pada tingkat yang signifikan [3]. Berbagai hasil penelitian di beberapa negara lainnya menunjukkan prevalensi yang beragam. Sebuah survei di New Zealand melaporkan bahwa 11,1% remaja berusia 18 tahun memenuhi kriteria *social anxiety disorder* [4]. Hasil penelitian lainnya di Australia menyatakan *social phobia* berada di posisi kedelapan sebagai gangguan mental yang paling umum dijumpai pada pria dan wanita berusia 15 hingga 24 tahun [5]. Angka prevalensi yang tinggi yaitu 4.7% hingga 9% juga ditemukan di Brazil [6].

Terdapat sejumlah situasi sosial yang menimbulkan kecemasan bagi anak dengan *social anxiety disorder* [7]. Secara umum situasi tersebut terdiri dari interaksi sosial dan *performance*. Adapun situasi yang melibatkan interaksi sosial antara lain menghadiri pesta, bertemu dengan orang asing, terlibat dalam percakapan, mempertahankan kontak mata, berbicara dengan figur otoritas, dan bersikap asertif. Sedangkan situasi yang melibatkan *performance* seperti berbicara di hadapan sekelompok orang, makan atau minum bersama orang lain, menggunakan toilet umum, dan tampil di hadapan orang lain.

*Social anxiety disorder* dapat menimbulkan berbagai hambatan dan kendala dalam keberfungsian anak sehari-hari. Perilaku menghindar yang kerap dilakukannya dapat menyebabkan anak tidak memiliki banyak teman serta masalah lainnya seperti prestasi akademis yang rendah. Selain itu anak dengan *social anxiety disorder* juga cenderung memiliki harga diri yang rendah serta mengalami hambatan dalam kemampuan sosial [8]. *social anxiety disorder* pada anak juga menjadi faktor resiko berkembangnya gangguan psikologis lainnya di kemudian hari [9].

Philip C Kendall, seorang ahli psikologi klinis, menerapkan metode terapi Coping Cat sebagai penanganan *social anxiety disorder*. Coping cat mengkombinasikan antara efektivitas pendekatan perilaku dan juga menekankan faktor-faktor kognitif yang berkaitan dengan kecemasan. Program ini juga melibatkan sumber dukungan sosial yang ada, seperti orang tua dan teman sebaya [10].

Dilatar belakangi oleh permasalahan diatas salah satu solusi adalah dengan membuat sebuah aplikasi yang menjadi media yang dapat memberikan informasi secara jelas perihal kemampuan *user*. Dengan aplikasi yang menerapkan metode Coping Cat, *user* juga akan mendapatkan bantuan untuk berkomunikasi dengan seluruh pengguna dimanapun dan kapanpun.

## 1.2 Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah ditemukan, perumusan masalah yang teridentifikasi yaitu:

- a. Alternatif media untuk penderita *social anxiety disorder*. Jika tidak dilakukan penanganan sejak dini dikhawatirkan penderita akan kesulitan untuk mendapatkan pekerjaan. Hal ini dikarenakan banyak *penderita social anxiety disorder* gagal dalam tahap wawancara.
- b. Masih sulit ditemukan sebuah aplikasi yang menerapkan metode *Coping Cat* untuk penderita *social anxiety disorder*.
- c. Social media yang cocok untuk penderita *social anxiety disorder* dan menerapkan metode *Coping Cat* sejauh ini adalah sebuah forum. Forum adalah media sosial yang digunakan untuk berdiskusi yang memiliki topik dan aturan tertentu. Dengan menggunakan forum diharapkan tidak terjadi *cyber bullying*.

## 1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah yang tersusun berdasarkan tujuan, yaitu:

- a. *User* yang menjadi target adalah pelajar khususnya pelajar yang mengalami *social anxiety disorder*.
- b. Forum hanya boleh membahas masalah pendidikan dan akan diberlakukan aturan-aturan tertentu bagi penggunanya.
- c. Metode yang diterapkan adalah *Coping cat*.

## 1.4 Tujuan

Adapun tujuan yang telah dirumuskan, yaitu:

- a. Membuat alternatif media untuk penderita *social anxiety disorder*
- b. Menerapkan metode *Coping Cat* ke dalam aplikasi android yang dibuat
- c. Membuat forum yang bersifat umum untuk penderita *social anxiety disorder*.

## 1.5 Metodologi Penyelesaian Masalah

Dalam pembuatan Skylearn ini penyusun menggunakan metode *waterfall*. Berikut ini adalah penjelasan tahapan-tahapan dalam pembuatan Skylearn:

- a. Perencanaan  
Dalam tahap ini dilakukan penentuan latar belakang, rumusan masalah, tujuan, dan batasan masalah dari dibuatnya Skylearn.
- b. Analisis Kebutuhan  
Pada tahap ini dilakukan pencarian kebutuhan-kebutuhan yang berkaitan dengan pembuatan Skylearn. Dalam pencarian kebutuhan tersebut penyusun menggunakan 2 metode pencarian yaitu metode observasi dan metode studi literatur. Berikut penjelasan dari metode-metode tersebut:
  - 1) Metode Observasi  
Dalam metode ini analisis kebutuhan dilakukan dengan melakukan pengamatan secara langsung tentang hal-hal yang berkaitan forum pendidikan.
  - 2) Metode Literatur  
Dalam metode ini analisis kebutuhan dilakukan dengan cara mencari informasi dari buku-buku, internet, atau aplikasi tentang hal-hal yang berkaitan dengan forum pendidikan.
- c. Desain  
Pada tahap ini dilakukan desain antar muka aplikasi dari Skylearn yang sesuai dengan *user experience* berdasarkan informasi-informasi yang berkaitan dengan forum pendidikan.
- d. Pengkodean  
Dalam tahap ini dilakukan implementasi dari desain yang telah dibuat. Pembuatan Skylearn ini menggunakan bahasa pemrograman Java karena untuk sistem operasi Android, XML untuk tampilan antarmuka aplikasi, PHP untuk *web service*, dan *database* yang digunakan adalah MySQL.
- e. Pengujian  
Tahap ini adalah tahap penyusun melakukan pengujian terhadap Skylearn yang telah selesai dibuat. Pengujian dilakukan dengan metode *blackbox*, yaitu metode pengujian terhadap fungsionalitas aplikasi dan *error handling* aplikasi.
- f. Dokumentasi  
Pada tahap ini dilakukan pembukuan dari tahapan-tahapan yang telah dilakukan.

## 1.6 Pembagian Tugas Anggota

Berikut pembagian tugas anggota tim proyek.

1. Eka Yudistika:
  - a. Mengumpulkan informasi untuk evaluasi sistem
  - b. Mencatat dan mengelola laporan tentang *hardware*, *software*, lisensi situs dan *server*
  - c. Analisis desain sistem
2. Agna Silpi Alpiani:
  - a. Konsep dan Ide
  - b. Proposal dan dokumentasi
  - c. Mengumpulkan informasi untuk penganalisaan desain dan fungsionalitas sistem
  - d. Mengimplementasikan fungsionalitas di android
  - e. Mengimplementasikan fungsionalitas di *web service*
  - f. *User Interface*
  - g. Database
3. Ainun Fauziyah Bahary:
  - a. Melakukan analisis desain berdasarkan *user experience*
  - b. Poster
  - c. Video
  - d. Media Publikasi