

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Efisiensi dalam mengurangi stres dan kecemasan telah ditunjukkan dalam *video game* untuk latihan dan juga *game casual*, tetapi juga oleh berbagai macam *genre game* lain seperti petualangan, aksi, dan augmentasi realita. Tempat bermainnya pun tidak terbatas pada *PC* maupun pada *smartphone*, konsol *game*, konsol yang dapat dibawa, bahkan sampai *virtual reality* menunjukkan hasil yang positif. Sesi bermain juga menunjukkan hasil positif dalam mengurangi stres dan kecemasan, baik itu sesi pendek atau panjang (Federica Pallavicini, 2021).

Penelitian Yeni Duriana Wijaya pada tahun 2019 menjadi dasar dan latar belakang dari riset ini, yang didasari oleh survei pada tahun 2018 yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar, yang telah menyatakan bahwa adanya peningkatan gangguan jiwa berat yang pesat menjadi 7 per mil, yang berarti 7 dari 1000 penduduk Indonesia mengalami gangguan jiwa berat (Depkes, 2018), peningkatan sebanyak 312% dari tahun 2013. Peningkatan ini menjadi poin untuk pembahasan karena peningkatan angka ini menunjukkan kenaikan masalah kesehatan mental dalam Indonesia, dan adanya peningkatan dalam kesadaran masyarakat mengenai kesehatan mental dalam Indonesia. Salah satu dari yang paling umum ditemui di mahasiswa Jawa Barat adalah gangguan kecemasan. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2007, prevalensi gangguan kecemasan dan depresi pada masyarakat berumur 15 tahun ke atas mencapai 11,6% (Depkes, 2012). Kondisi mental ini dialami oleh mayoritas masyarakat Indonesia pada usia 20-24 tahun (Triana, 2019). Yang akan difokuskan pada penelitian ini adalah gangguan kecemasan atau anxiety disorder.

Gangguan kecemasan ini memiliki gejala yang sudah menjadi isu yang prevalen di Indonesia, dengan Jawa Barat sebagai salah satu daerah tertinggi pada 9,3% membuat Jawa Barat sebagai daerah dengan tingkat prevalensi tertinggi kedua setelah Sulawesi Tengah dengan 11,6%. (Ayuningtyas, Misnaniarti, dan Rayhani, 2018).

Sebuah lingkungan akan memiliki efek samping kepada kesehatan mental seseorang, seperti yang Song C., Ikei H., Park B. J., Lee J., Kagawa T., & Miyazaki Y. (2018) jelaskan. 27.9% orang mengalami pengurangan tingkat perasaan depresi dan kelesuan ketika mereka pergi dan mengistirahatkan mental dan fisik di sebuah taman. Selain itu, 21% dari penduduk yang tinggal di daerah perkotaan memiliki kesempatan yang lebih besar untuk terkena gangguan kecemasan, dan mengistirahatkan diri di taman dapat membantu kesehatan mental seseorang secara signifikan.

Desain sebuah karakter akan menarik perhatian dan akan enak dilihat, namun hanya itu saja tidak cukup. Menurut Marika Nieminen (2017) pada *Psychology in Character Design*, untuk membuat audiensi merasa terhubung dengan karakter tersebut, perlu ada relasi dari desain karakter tersebut agar audiens merasa simpati dengan karakter tersebut. Ketika mendesain sebuah karakter, perlu dimengerti target audiens untuk karakter tersebut. Misalnya, sebuah *video game* bertemakan pembunuhan tidak akan cocok dengan anak-anak yang sedang belajar menulis

atau membaca. Dengan begitu, *video game* yang dibuat untuk meningkatkan kesadaran akan gejala-gejala gangguan kecemasan akan memiliki desain yang membuat pengguna sadar terhadap sosok seseorang ketika sedang mengalami gangguan kecemasan, begitu pula dengan desain karakter dalam *video game* tersebut. Marika Nieminen menambahkan, orang dewasa akan lebih mudah mengerti pesan-pesan nonverbal, hubungan yang lebih kompleks, dan dialog yang banyak dan panjang. Seperti yang disebutkan oleh Ollie Johnston dan Frank Thomas sebagai “12 prinsip animasi” pada tahun 1981, desain karakter dapat dibantu dijelaskan oleh gerakan, visual, dan ekspresi.

Jika kedua topik tersebut disatukan, maka akan didapatkan korelasi yang didasari dari penelitian yang sudah dilakukan oleh Pallavicini F, Pepe A, dan Mantovani F (2021) dalam *Commercial Off-The-Shelf Video Games for Reducing Stress and Anxiety: Systematic Review*, yaitu adanya efikasi dalam pengurangan stres dan kecemasan dari bermain *game*. Tipe dari *video game* ini mencakup banyak hal, dari *game* yang membuat pemain aktif berolahraga, *game* kasual, aksi, petualangan, dan juga *game augmented reality*. Medium-medium *video game* yang sudah dites adalah konsol, komputer, *smartphone*, hingga *virtual reality*, dan semuanya memberikan hasil positif. Pallavicini F, Pepe A, dan Mantovani F menyimpulkan bahwa durasi sesi bermain pun akan memiliki pengaruh dalam mengurangi stres dan gangguan kecemasan penyandang.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, atau dapat disingkat APJII, dalam Aziz et al (2019) menyebutkan bahwa di Indonesia, jumlah orang yang memainkan *game* online diprediksi untuk mencapai 34 juta orang. Penelitian yang diadakan oleh Wibowo & Hendry (2021) menjelaskan bahwa penggunaan *video game* sebagai sarana edukasi memiliki hasil yang cukup baik, walau potensi untuk hasil jangka panjang tidak terlalu menunjukkan banyak pengaruh. Meski begitu, penggunaan *video game* sebagai sarana edukasi untuk menyampaikan isu kesehatan mental bekerja dan memberikan dampak positif. Oleh karena itu, perancang memilih untuk membuat ilustrasi konsep untuk sebuah *game* yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental.

Smith (2016) menyebutkan bahwa sekitar 60% dari mahasiswa tidak mengetahui mengenai kesehatan mental. Demi kelancaran dan kesehatan mahasiswa, perancang memilih untuk meningkatkan kesadaran akan gangguan mental sebagai sasaran dari penelitian ini, dengan harapan lebih banyak lagi warga Indonesia yang dapat mengenal kesehatan mental dan dapat membantu orang lain yang sedang mengalami gejala untuk gangguan mental, seperti gangguan kecemasan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, dapat diidentifikasi masalah-masalahnya sebagai berikut :

1. Ditemukannya gangguan mental gangguan kecemasan dan kurangnya kesadaran terhadap gangguan kecemasan pada mahasiswa di Jawa Barat terkhususnya di area Bandung.

2. Salah satu media yang banyak digunakan oleh warga berusia 16-24 adalah *video game*.

1.3 Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah kemudian perancang merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana cara menggunakan *video game* untuk menyampaikan kondisi kesehatan mental, khususnya gangguan kecemasan, pada mahasiswa Bandung?
2. Bagaimana merancang *video game* sebagai sarana untuk membantu meningkatkan kesadaran terhadap gejala *anxiety disorder* pada mahasiswa Bandung?

1.4 Ruang Lingkup

1.4.1 Apa

Korelasi dan pengaruh ilustrasi konsep *video game* untuk mengajarkan kondisi kesehatan mental seorang pengidap, khususnya gangguan kecemasan.

1.4.2 Siapa

Target perancangan ditujukan kepada mahasiswa Bandung.

1.4.3 Bagaimana

Menjelaskan gejala gangguan *anxiety disorder* dengan ilustrasi konsep yang akan digunakan dalam sebuah *video game*.

1.4.4 Kapan

Penelitian dilakukan sejak Oktober 2021 hingga Desember 2022.

1.4.5 Dimana

Penelitian dilakukan di Indonesia, Provinsi Jawa Barat, Kota Bandung.

1.4.6 Bagian Mana

Perancangan audiovisual dalam *video game* yang menenangkan dan dapat membantu menjelaskan gejala gangguan *anxiety disorder*.

1.5 Tujuan dan Manfaat Perancangan

Berdasarkan rumusan masalah, berikut adalah tujuan perancangan ilustrasi konsep dalam sebuah *video game* sebagai sarana menjelaskan gangguan kecemasan.

1.5.1 Tujuan Perancangan

Perancangan ilustrasi konsep dalam sebuah *video game* sebagai sarana menjelaskan gangguan kecemasan, memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Memperkenalkan dan menjelaskan penyebab dan gejala gangguan kecemasan yang ada pada mahasiswa Bandung.
2. Mampu membuat ilustrasi konsep dalam sebuah *video game* yang dapat menjelaskan dan mewakili gejala gangguan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Bandung.

1.5.2 Manfaat Perancangan

Perancangan desain karakter dalam sebuah *video game* sebagai sarana mengurangi gangguan kecemasan, memiliki manfaat sebagai berikut :

Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari perancangan desain karakter dalam sebuah *video game* untuk mengurangi gangguan kecemasan, adalah sebagai berikut :

1. Memberikan pengetahuan mengenai penyakit kesehatan mental gangguan kecemasan, atau dapat disebut juga *anxiety disorder*, kepada mahasiswa di dalam Kota Bandung.
2. Memberikan dasar referensi untuk penelitian yang akan datang yang berhubungan dengan gangguan kecemasan serta perancangan *video game*.

Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari perancangan *video game* untuk mengurangi gangguan kecemasan, adalah sebagai berikut :

1. Bagi perancang, hasil penelitian ini dapat membuat perancang mengetahui mengenai penyebab, gejala, dan solusi pada gangguan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Bandung dan dapat menerapkannya untuk membuat ilustrasi konsep yang dapat membantu menjelaskan pentingnya kesehatan mental kepada mahasiswa lain.
2. Bagi khalayak sasaran, hasil perancangan diharapkan dapat membuat khalayak sasaran mengerti mengenai gejala dan penyebab gangguan kecemasan, serta mengetahui apa yang perlu dilakukan jika sebuah gejala muncul dengan memainkan hasil rancangan *video game* ini.

1.6 Metode Perancangan

Perancangan ilustrasi konsep *video game* sebagai sarana menjelaskan gangguan kecemasan ini memerlukan data-data yang bersumber nyata untuk menjadi acuan pembuatan karya, yaitu dengan menghasilkan data kualitatif dengan mengadakan penelitian menggunakan metode naratif.

1.6.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan untuk mendapatkan data menggunakan penyandang gangguan kecemasan atau *anxiety disorder* menggunakan metode penelitian kuantitatif. Secara spesifik, metode penelitian kuantitatif yang digunakan adalah metode penelitian naratif. Metode naratif adalah metode penelitian dimana analisis dari pengumpulan data dilakukan dengan cara membaca makna dari sebuah narasi. Data dari wawancara dapat digunakan untuk penelitian metode narasi setelah disimpulkan menjadi sebuah narasi (Kustanto, L. 2015). Cakupan objek penelitian dari topik ini akan membahas gangguan kecemasan, seperti definisi, gejala, dan cara menanggulangi gejala-gejala tersebut. Penelitian dengan pendekatan kualitatif berarti penelitian ini diteliti secara alami dan bersifat deskriptif, sehingga hasil akan dapat diperoleh dengan lengkap dan detail. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, yaitu memfokuskan penelitian kepada suatu kejadian yang berkaitan dengan waktu dan tempat secara lebih dalam. Studi kasus dimulai dengan menanyakan pengalaman pribadi mahasiswa/i Kota Bandung yang memiliki gangguan kecemasan. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan wawancara dengan narasumber mahasiswa Bandung yang menyandang gangguan kecemasan dan psikolog resmi dari tempat medis dalam Bandung, serta mempelajari studi pustaka mengenai gangguan kecemasan dan peran *video game* sebagai sarana menjelaskan gejala gangguan mental.

1.6.2 Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan cara pengumpulan data atau sumber informasi dari wawancara dan studi dokumentasi.

Wawancara

Penelitian objek dilakukan melalui wawancara karena data yang diperlukan berhubungan dengan gangguan individu masing-masing dan peneliti membutuhkan detail kasus per kasus yang hanya dapat diberikan oleh penyandang yang terdiagnosa secara medis sebelumnya oleh dokter yang resmi. Penyandang yang sudah terdiagnosa oleh medis profesional akan menjadi narasumber.

Pencarian narasumber penyandang gangguan kecemasan dimulai dengan memanggil penyandang yang sukarela ingin menjadi narasumber untuk penelitian ini melalui berbagai macam media sosial seperti Instagram, Twitter, dan Discord. Narasumber berhak memilih apakah ada bagian yang ingin dirahasiakan atau tidak, untuk menghargai dan melindungi kerahasiaan narasumber. Jika narasumber merasa tidak nyaman untuk menjawab salah satu pertanyaan yang disampaikan, narasumber juga dapat menolak untuk menjawab pertanyaan tersebut.

Setelah proses pencarian, terdapat teman perancang yang tertarik untuk menjadi narasumber, dengan nama panggilan Ara. Ara adalah seorang mahasiswi S1 tahun 2018 di salah satu universitas swasta di Bandung. Wawancara dilakukan pada tanggal 19 Desember 2021, pukul 16:40 WIB.

Narasumber kedua datang setelah diinformasikan dari kerabat perancang, dengan inisial SA. Beliau sedang mengikuti program S2 di salah satu universitas di Bandung. Dikarenakan kesibukan SA, wawancara dilakukan pada tanggal 9 Januari 2022, pukul 9:20 WIB.

Wawancara dilakukan secara spontan dan fleksibel, mengikuti kapanpun narasumber memiliki waktu yang tepat dan. Topik wawancara meliputi riwayat gangguan kecemasan narasumber, dimulai dari tempat, waktu, situasi, dan hal yang dapat menimbulkan gangguan kecemasannya. Kemudian, wawancara dilanjutkan untuk menanyakan hal-hal yang dapat menimbulkan kecemasannya, serta apakah ada ciri-ciri lain yang dapat membuat kecemasan tersebut muncul, hingga jenis situasi yang dapat membuat narasumber merasa tenang.

1.7 Kerangka Perancangan



miro

1.8 Pembabakan

BAB I Pendahuluan

Bab ini menjelaskan latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup masalah, tujuan dan manfaat perancangan, metode perancangan, kerangka perancangan, dan pembabakan.

BAB II Landasan Teori

Bab dua terdiri dari teori-teori yang berkaitan dengan permasalahan dan akan digunakan sebagai dasar untuk memulai penelitian dan penulisan laporan penelitian. Dengan menggunakan teori-teori yang membahas gangguan kecemasan, ciri-ciri gejalanya, serta penggunaan *video game* untuk menjadi media hasil dari penelitian.

BAB III Data dan Analisis Masalah

Bab ini akan membahas hasil data yang sudah dikumpulkan, seperti data wawancara dan studi dokumentasi. Data yang sudah didapat akan diuraikan dan dianalisis hingga menjadi rangkuman yang jelas, yang dapat diolah menjadi kesimpulan.

BAB IV Perancangan

Bab empat akan membahas konsep dan perancangan sampai hasil perancangan ilustrasi konsep *video game* yang dapat digunakan untuk membantu menguraikan gejala gangguan kecemasan.

BAB V Kesimpulan dan Saran

Bab lima berisi mengenai kesimpulan serta saran dari hasil penelitian yang sudah dilakukan dalam rangka menciptakan *video game* untuk sarana menjelaskan gejala gangguan kecemasan.