

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lifetrap atau *Early Maladaptive Schemas* (EMS) adalah pandangan terdistorsi pada diri sendiri dan orang lain yang disebabkan oleh memori-memori yang tidak menyenangkan dari masa kecil yang menyebabkan tindakan-tindakan yang self-destruktif (Young, 2020). Dua faktor penting dari terbentuknya *lifetrap* adalah dinamika keluarga dan lingkungan. Dari kedua faktor tersebut, dinamika keluarga adalah faktor penyebab *lifetrap* terbesar.

Salah satu *lifetrap* yang dapat berkembang adalah *lifetrap Failure* (Kegagalan). *Lifetrap* tersebut adalah pandangan terdistorsi bahwa individu adalah seorang yang gagal dan ia akan selalu gagal dalam segala yang ia lakukan (Young, 2020) dengan tiga dari berbagai cara individu bereaksi pada *lifetrap Failure* mereka adalah pengerjaan tugas yang setengah hati atau asal-asalan, prokrastinasi, dan sikap menghindar kesempatan untuk mengembangkan diri karena ketakutan akan gagal. Berdasarkan riset Purnama & Muis (2014) pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya, terdapat korelasi negatif antara prokrastinasi dengan nilai IPK mahasiswa. Selain itu, berdasarkan riset oleh Iswara dkk (2021) pada mahasiswa Bidikmisi Universitas Pendidikan Indonesia di Bandung, ditemukan bahwa ada korelasi antara prokrastinasi akademis dengan ketakutan akan gagal. Selain itu, *Lifetrap Failure* tersebut berdampak negatif dalam performa individu terutama performa akademis mahasiswa. Jika tidak dihentikan, *lifetrap Failure* tersebut dapat dibawa oleh mahasiswa-mahasiswi yang memilikinya hingga ke dunia pekerjaan sehingga pekerjaan mahasiswa-mahasiswi tersebut akan terdampak juga. Hal ini dikarenakan karena sifat *lifetrap* yang sulit untuk dilepaskan (Young, 2020).

Salah satu provinsi di Indonesia dengan mahasiswa terbanyak adalah Banten dengan angka 1.382.989 mahasiswa (Badan Pusat Statistik, 2022) sehingga media ditujukan kepada mahasiswa-mahasiswi di provinsi Banten. Selain itu, ditemukan

bahwa kisaran umur mahasiswa di Indonesia berada pada rentang umur 18 sampai 24 tahun (PPDIKTI, 2020). Oleh karena itu, media juga ditujukan kepada mahasiswa berumur 18 sampai 24 tahun.

Dari kuesioner yang disebar, ditemukan bahwa sebesar 77% dari responden tidak mengetahui istilah *lifetrap*. Ketidaktahuan mahasiswa tentang istilah *lifetrap* berarti bahwa karena mahasiswa tidak tahu mengenai *lifetrap*, *lifetrap Failure* serta penanganannya, maka mahasiswa yang memiliki *lifetrap Failure* tidak akan mencari pertolongan untuk melemahkan *lifetrap Failure* mereka. Selain itu, hal ini sesuai dengan hasil observasi terhadap media-media informasi terkait *lifetrap* yang masih sedikit di Indonesia. Media informasi adalah media yang berfungsi sebagai penyaji informasi agar informasi disampaikan kepada penerima tanpa terjadinya pengertian yang salah (Ainiyah, 2018). Ditambah lagi, Armansyah dkk (2019) menyatakan bahwa multimedia interaktif menyampaikan informasi lebih efektif ketimbang media informasi buku. Dengan paparan masalah dan temuan di atas, maka dibuatlah perancangan media informasi interaktif tentang *lifetrap* untuk mahasiswa berumur 18-24 tahun.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah perancangan yang ada adalah *lifetrap Failure* yang menyebabkan penurunan dan penghambatan performa akademis pada mahasiswa. Kemudian, masalah desain yang ada adalah kurangnya media informasi mengenai *lifetrap* dan *lifetrap Failure* sendiri serta penyebaran informasi yang kurang efektif. Hal tersebut membatasi kepengetahuan mahasiswa mengenai *lifetrap*, *lifetrap Failure*, serta penanganannya. Berdasarkan latar belakang dan paparan masalah tersebut, penulis menuliskan rumusan masalah untuk perancangan media informasi:

- 1) Bagaimana perancangan media informasi yang sesuai untuk mahasiswa yang memiliki *lifetrap Failure* dalam mengenali *lifetrap* serta *lifetrap Failure* dan mengetahui solusi dalam melemahkan *lifetrap Failure* yang mereka miliki?

1.3 Batasan Masalah

Target sasaran yang ditunjukkan oleh perancangan media interaktif mengenai *lifetrapp* adalah sebagai berikut:

1.3.1 Demografis

Batasan demografis yang diterapkan penulis adalah jenis kelamin pria dan wanita, berusia 18-24 tahun, SES A3 – A1, berpendidikan SMA, dan berprofesi sebagai mahasiswa. Rentang usia 18-24 tahun digunakan dengan landasan bahwa rentang umur tersebut adalah rentang umur mahasiswa paling umum di Indonesia (PPDIKTI, 2020). SES yang digunakan adalah A3 – A1 berdasarkan klasifikasi PERPI (2018) dan berdasarkan harga terapi skema sebesar Rp. 1.000.000,- berdasarkan wawancara ahli dengan Sonia Masilamani.

1.3.2 Geografis

Batasan geografis yang diterapkan penulis adalah provinsi Banten di negara Indonesia. Pemilihan provinsi Banten dikarenakan populasi mahasiswa aktif yang berkuliah di perguruan tinggi Banten terbanyak di seluruh Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2022), mahasiswa aktif yang terdaftar di perguruan tinggi yang terlokasi di Banten adalah 1.382.989 mahasiswa.

1.3.3 Psikografis

Batasan psikografis yang diterapkan penulis adalah tidak mengetahui tentang *lifetrapp*, memiliki *lifetrapp Failure* dengan nilai severitas tinggi hingga sangat tinggi, menunjukkan pengaruh dari *lifetrapp Failure*, dan memiliki keinginan untuk mempelajari *lifetrapp Failure*. Nilai severitas dicek melalui alat kuesioner yang dipaparkan oleh buku

Reinventing Your Life mengenai *lifetrapp Failure*. Pengaruh dari *lifetrapp Failure* dicek melalui kuesioner atau wawancara.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan yang ingin dicapai adalah untuk merancang sebuah media interaktif mengenai *lifetrapp* dan *lifetrapp Failure* untuk mahasiswa berumur 18-24 tahun.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Perancangan Tugas Akhir ini akan memberikan berbagai manfaat bagi penulis, orang lainnya, dan universitas.

1) Penulis:

Penulis akan menerima manfaat dari perancangan Tugas Akhir ini yaitu pengalaman dalam menerapkan teknik desain yang telah diajarkan selama perkuliahan serta merancang sebuah karya yang akan bermanfaat sebagai portofolio bagi penulis.

2) Orang lain:

Pengamat Tugas Akhir ini akan dimanfaatkan dengan mempelajari *lifetrapp*, dampaknya dan metode-metode untuk melepaskannya agar pengamat dapat pengetahuan untuk menghadapi masalah *lifetrapp*.

3) Universitas:

Universitas akan dimanfaatkan oleh Tugas Akhir ini melalui pengarsipan laporan dan Tugas Akhir yang dapat ditelusuri oleh mahasiswa-mahasiswa lain sebagai referensi dalam perancangan karya Tugas Akhir.

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A