

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN DAN PERANCANGAN

3.1 Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian yang akan digunakan oleh penulis merupakan metode hybrid atau campuran dari metode kuantitatif dan kualitatif. Menurut Creswell & Clark (2018), Metode campuran merupakan metode penelitian yang menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif dalam setiap tahap dalam penelitian termasuk faktor-faktor pedoman mengumpulkan dan menganalisis data agar dapat memahami dan menguatkan data dari bahasan yang ada. Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah kuesioner, wawancara, dan studi eksisting

3.1.1 Metode Kuantitatif

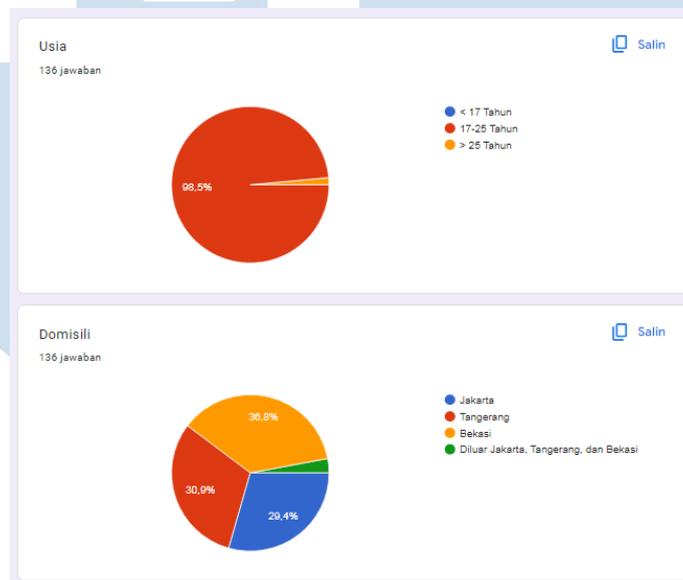
Menurut Sugiyono (2021), Metode kuantitatif merupakan sebuah penelitian yang bersifat eksperimen dan survey serta memiliki hasil berupa angka dan analisis menggunakan statistik. Metode kuantitatif sendiri memiliki kegunaan untuk meneliti dan mengumpulkan data yang bersifat kuantitatif/statistik, menggunakan instrumen penelitian, dan diajukan kepada sampel/populasi tertentu, serta bertujuan untuk menguji hipotesis yang sudah ditetapkan. Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan data dari target penelitian yang berusia 17-25 tahun dan berdomisili Jakarta, Tangerang, dan Bekasi.

3.1.1.1 Kuesioner

Menurut Sugiyono (2021), angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang diterapkan dengan menggunakan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis yang dimanfaatkan untuk mendapatkan jawaban dari responden. Penulis akan melakukan pengumpulan data dengan cara menyebarkan kuesioner secara online kepada masyarakat Jakarta, Tangerang, dan Bekasi yang merupakan

target utama perancangan media interaktif ini.

Pembagian kuesioner bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman mengenai buku harian, tidur, dan mimpi, beserta dengan kebiasaan pengguna dalam menggunakan media interaktif. Kuesioner yang disebarakan selama tanggal 22 Februari 2024 hingga 28 Februari 2024 berjumlah 136 responden yang berusia 17-25 tahun dan berdomisili di Jakarta, Tangerang, dan Bekasi.



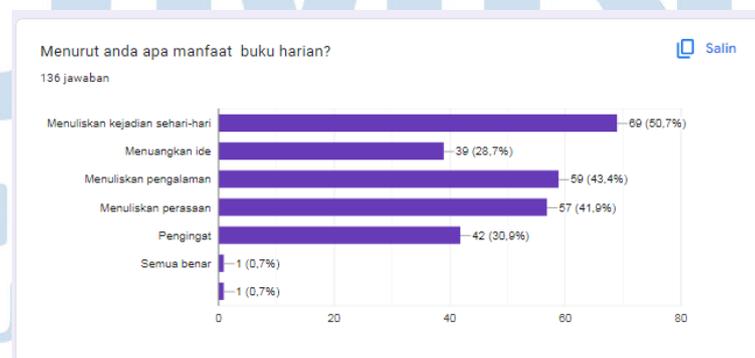
Gambar 3. 1 Hasil Kuesioner Usia, Domisili

Penulis menanyakan mengenai seberapa tahu responden mengenai buku harian dan mendapatkan jawaban data bahwa sebanyak 51,5% responden yang berjumlah 70 orang sangat mengetahui, dilanjutkan oleh 39% responden yang berjumlah 53 orang mengetahui, 7,4% responden yang berjumlah 10 orang kurang mengetahui, dan tersisa 2,2% responden yang berjumlah 3 orang tidak mengetahui buku harian sama sekali.



Gambar 3. 2 Hasil Kuesioner Mengenai Buku Harian

Selanjutnya, penulis menanyakan mengenai manfaat buku harian dan mendapatkan jawaban data bahwa sebanyak 50,7% responden yang berjumlah 69 orang menganggap buku harian sebagai alat untuk menuliskan kejadian sehari-hari, 43,4% responden yang berjumlah 39 orang menjawab bahwa buku harian bermanfaat untuk menuliskan pengalaman, 41,9% responden yang berjumlah 57 orang berasumsi bahwa buku harian bermanfaat untuk menuliskan perasaan, dilanjutkan dengan 30,9% responden yang berjumlah 42 orang yang menganggap kegunaan buku harian sebagai alat pengingat, 28,7% responden yang berjumlah 39 orang beranggapan bahwa buku harian adalah wadah untuk menuangkan ide, serta 1,4% responden yang berjumlah 2 orang menganggap bahwa semua jawaban diatas benar manfaatnya.



Gambar 3. 3 Hasil Kuesioner Mengenai Manfaat Buku Harian

Setelah mengetahui beberapa jawaban dari responden, penulis juga bertanya pendapat responden mengenai seberapa besar manfaat buku harian dan mendapatkan data bahwa 51,9% responden yang berjumlah 70 orang menyatakan buku harian bermanfaat, 42,6% responden yang berjumlah 58 orang menyatakan bahwa buku harian sangat bermanfaat, 4,4% responden yang berjumlah 6 orang menyatakan bahwa buku harian kurang bermanfaat, dan diakhiri dengan 1,5% responden yang berjumlah 2 orang menyatakan bahwa buku harian tidak bermanfaat. Dari jawaban tersebut, dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden setuju bahwa buku harian bermanfaat.



Gambar 3. 4 Hasil Kuesioner Mengenai Manfaat Buku Harian

Selanjutnya, penulis beralih ke topik tidur dimana penulis menanyakan mengenai pengaruh dari pola dan kualitas tidur responden terhadap fisik mereka. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 64% responden yang berjumlah 87 orang sangat terpengaruhi, dan dilanjutkan dengan 36% responden yang berjumlah 49 orang terpengaruhi oleh pola dan kualitas tidur, sehingga dari 135 responden, tidak ada yang menyatakan bahwa pola dan kualitas tidur tidak mempengaruhi fisik mereka. Melalui jawaban tersebut, dapat disimpulkan bahwa pola dan kualitas tidur mempengaruhi kondisi fisik seseorang.



Gambar 3. 5 Hasil Kuesioner Mengenai Pengaruh Pola dan Kualitas Tidur

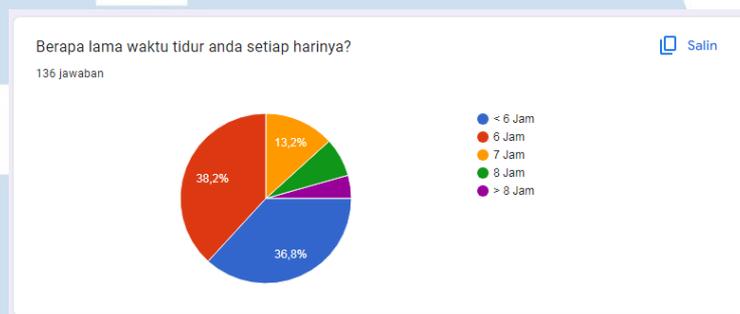
Selanjutnya, penulis juga menanyakan responden mengenai pengaruh pola dan kualitas tidur terhadap kesehatan mental mereka. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 54,4% responden yang berjumlah 74 orang menyatakan sangat terpengaruhi, dilanjutkan oleh 44,1% responden yang berjumlah 60 orang menyatakan terpengaruhi, disertai oleh 1,5% responden yang berjumlah 2 orang menyatakan bahwa mental mereka kurang terpengaruhi oleh pola dan kualitas tidur. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa pola dan kualitas tidur mempengaruhi kesehatan mental seseorang.



Gambar 3. 6 Hasil Kuesioner Mengenai Pengaruh Pola dan Kualitas Tidur

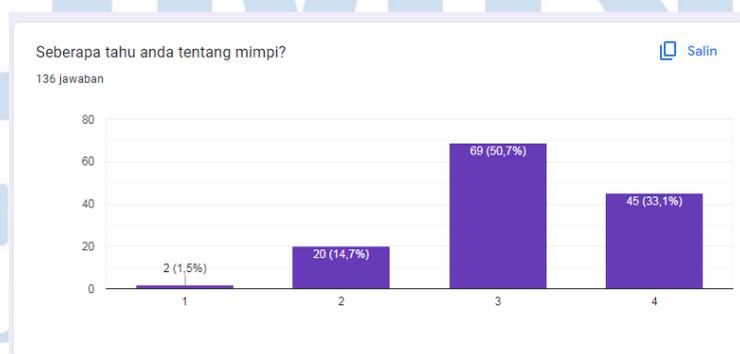
Untuk mengetahui kebiasaan responden secara mendalam, penulis juga menanyakan responden mengenai waktu tidur mereka setiap harinya. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 38,2% responden yang berjumlah 52 orang tidur selama 6 jam, dilanjutkan oleh 36,8% responden yang berjumlah 50 orang tidur selama kurang

dari 6 jam, 13,2% responden yang berjumlah 18 orang tidur selama 7 jam, 7,4% responden yang berjumlah 10 orang tidur selama 8 jam, dan tersisa 4,4% responden yang berjumlah 6 orang tidur selama lebih dari 8 jam. Melalui data tersebut, dapat penulis simpulkan bahwa sebanyak 75% dari orang berusia 17-25 tahun masih mengalami kurang tidur, dan 25% tidur dengan waktu yang ideal.



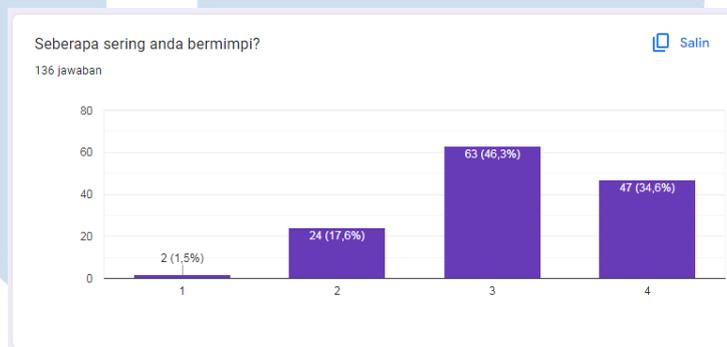
Gambar 3. 7 Hasil Kuesioner Mengenai Waktu Tidur

Beralih ke topik mimpi, penulis bertanya kepada responden terkait pengetahuan mereka mengenai mimpi itu sendiri. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 50,7% responden yang berjumlah 69 orang mengetahui, dilanjutkan dengan 33,1% responden yang berjumlah 45 orang sangat mengetahui, 14,7% responden yang berjumlah 20 orang kurang mengetahui, diakhiri dengan 1,5% responden yang berjumlah 2 orang tidak mengetahui mimpi sama sekali. Dapat disimpulkan melalui data tersebut bahwa hampir seluruh orang sudah mengetahui mengenai mimpi itu sendiri.



Gambar 3. 8 Hasil Kuesioner Mengenai Mimpi

Selanjutnya, penulis menanyakan mengenai frekuensi responden dalam bermimpi/mengalami mimpi . Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 46,3% responden yang berjumlah 63 orang sering bermimpi, diiringi oleh 34,6% responden yang berjumlah 47 orang sangat sering bermimpi, 17,6% responden yang berjumlah 24 orang jarang bermimpi, dan tersisa 1,5% responden yang berjumlah 2 orang sangat jarang mengalami mimpi. Melalui data tersebut, dapat penulis simpulkan bahwa mayoritas orang sering ataupun sangat sering mengalami mimpi itu sendiri.



Gambar 3. 9 Hasil Kuesioner Mengenai Frekuensi Mimpi

Penulis juga menanyakan kepada responden mengenai apakah mimpi dan jenis mimpi yang mereka alami dapat mempengaruhi pola dan kualitas tidur mereka. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 50% responden yang berjumlah 68 orang sangat terpengaruhi, 42,6% responden yang berjumlah 58 orang terpengaruhi, diikuti dengan 6,6% responden yang berjumlah 9 orang kurang terpengaruhi, dan hanya 0,7% responden yang berjumlah 1 orang merasa tidak terpengaruhi. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas orang merasa pola dan kualitas tidurnya terpengaruhi oleh mimpi dan jenis mimpi mereka.



Gambar 3. 10 Hasil Kuesioner Mengenai Pengaruh Mimpi

Selanjutnya penulis menanyakan pertanyaan yang berkaitan dengan buku harian tidur. Penulis menanyakan mengenai pengetahuan responden tentang buku harian tidur dan mendapatkan data bahwa sebanyak 32,4% responden yang berjumlah 44 orang mengetahui, 29,4% responden yang berjumlah 40 orang sangat mengetahui, dan 19,1% responden yang berjumlah 26 orang menyatakan kurang mengetahui, beserta dengan 19,1% responden yang berjumlah 26 orang yang tersisa menyatakan tidak mengetahui. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa meskipun sebanyak 61,8% dari responden mengetahui tentang buku harian tidur, masih terdapat orang tidak mengetahuinya juga.



Gambar 3. 11 Hasil Kuesioner Mengenai Buku Harian Tidur

Setelah itu penulis menanyakan pertanyaan terkait dengan buku harian mimpi. Penulis menanyakan mengenai pengetahuan responden tentang buku harian mimpi dan mendapatkan data bahwa sebanyak 41,9% responden yang berjumlah 57 orang sangat

mengetahui, 24,3% responden yang berjumlah 33 orang tidak mengetahui dan 18,4% responden yang berjumlah 25 orang menyatakan bahwa mereka mengetahui, serta 15,4% responden yang berjumlah 21 orang menyatakan bahwa mereka kurang mengetahui buku harian mimpi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa mayoritas yang berjumlah 60,3% telah mengetahui buku harian mimpi, namun masih terdapat orang yang kurang atau tidak mengetahuinya.



Gambar 3. 12 Hasil Kuesioner Mengenai Buku Harian Mimpi

Penulis juga menanyakan mengenai pengertian mereka akan manfaat dari buku harian tidur dan mimpi itu sendiri. Penulis pun mendapatkan data bahwa sebanyak 34,6% responden yang berjumlah 47 orang menyatakan manfaatnya merupakan sebagai pengingat tentang apa yang kita mimpikan, 33,1% responden yang berjumlah 45 orang menyatakan bahwa manfaatnya adalah sebagai alat untuk melacak pola tidur dan mimpi, 32,4% responden yang berjumlah 44 orang menyatakan bahwa manfaatnya adalah sebagai alat pengukur kualitas tidur dan mimpi, 30,1% responden yang berjumlah 41 orang menyatakan bahwa kegunaannya adalah untuk melacak tidur dan mimpi, disertai dengan 16,2% responden yang berjumlah 22 orang menyatakan bahwa kegunaannya adalah pengingat kapan kita tidur, dan diakhiri dengan 0,7% responden yang berjumlah 1 orang menyatakan ketidaktahuannya mengenai manfaat buku harian tidur dan mimpi.



Gambar 3. 13 Hasil Kuesioner Mengenai Manfaat Buku Harian Mimpi

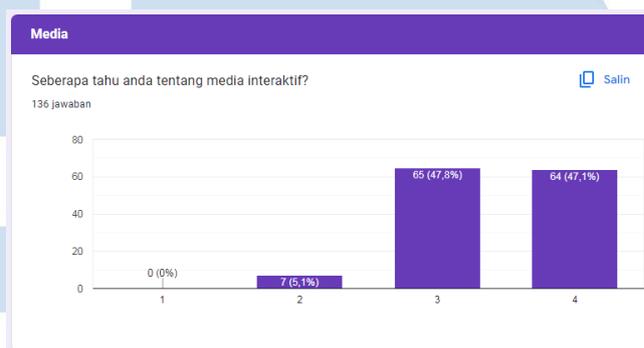
Setelah mengetahui pendapat responden, penulis menanyakan mengenai apakah buku harian tidur dan mimpi itu sendiri bermanfaat. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 52,9% responden yang berjumlah 72 orang menyatakan bermanfaat, 37,5% responden yang berjumlah 51 orang menyatakan sangat bermanfaat, dan diakhiri dengan 9,6% responden yang berjumlah 13 orang menyatakan kurang bermanfaat, dan tidak ada yang menyatakan bahwa buku harian tidur dan mimpi tidak bermanfaat. Dengan data diatas, dapat penulis simpulkan bahwa buku harian tidur dan mimpi bermanfaat.



Gambar 3. 14 Hasil Kuesioner Mengenai Manfaat Buku Harian Mimpi

Setelah mendapatkan hasil dari topik buku harian tidur dan mimpi, penulis melanjutkan kuesioner ke topik media. Penulis menanyakan mengenai pengetahuan responden terhadap media interaktif. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 47,8% responden yang berjumlah 65 orang mengetahui, dilanjutkan dengan

47,1% responden yang berjumlah 64 orang sangat mengetahui, dan diakhiri dengan 5,1% responden yang berjumlah 7 orang kurang mengetahui. Menurut data tersebut, penulis dapat menyimpulkan bahwa hampir seluruh orang sudah mengetahui media interaktif dikarenakan tidak ada yang menjawab tidak mengetahui sama sekali.



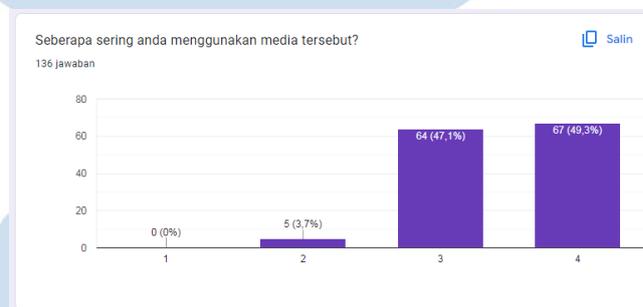
Gambar 3. 15 Hasil Kuesioner Mengenai Media Interaktif

Selanjutnya, untuk mengetahui preferensi media yang mereka gunakan, penulis mempertanyakan kebiasaan penggunaan media responden yang diawali dengan media interaktif apa saja yang mereka gunakan. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 96,3% responden yang berjumlah 131 orang menggunakan media sosial, 77,9% responden yang berjumlah 106 orang menggunakan aplikasi, 25% responden yang berjumlah 34 orang menggunakan *video game*, diakhiri dengan 5,1% responden yang berjumlah 7 orang menggunakan *virtual reality*, dan 2,2% responden yang berjumlah 3 orang menggunakan *augmented reality*. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa media sosial dan aplikasi merupakan media yang paling banyak digunakan, sedangkan *virtual reality* dan *augmented reality* merupakan media yang paling sedikit digunakan.



Gambar 3. 16 Hasil Kuesioner Mengenai Media Interaktif

Setelah itu, penulis juga menanyakan frekuensi mereka dalam menggunakan media-media interaktif tersebut. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 49,3% responden yang berjumlah 67 orang sangat sering menggunakan, 47,1% responden yang berjumlah 64 orang sering menggunakan, dan terakhir 3,7% responden yang berjumlah 5 orang jarang menggunakan. Berdasarkan data diatas, penulis menyimpulkan bahwa hampir keseluruhan orang sering atau sangat sering menggunakan media interaktif.



Gambar 3. 17 Hasil Kuesioner Mengenai Media Interaktif

Pada akhirnya, penulis menanyakan mengenai media yang paling cocok untuk dijadikan alternatif media untuk buku harian tidur dan mimpi.. Penulis mendapatkan data bahwa sebanyak 89,7% responden yang berjumlah 122 orang memilih aplikasi, 6,6% responden yang berjumlah 9 orang memilih *mobile website*, 2,2% responden yang berjumlah 3 orang memilih *desktop website*, dan 1,5% responden yang berjumlah 2 orang memilih *video game* sebagai alternatif media yang cocok. Melalui data tersebut, dapat penulis simpulkan bahwa media yang paling cocok untuk dijadikan alternatif

merupakan aplikasi.



Gambar 3. 18 Hasil Kuesioner Mengenai Media Alternatif

Melalui kuesioner ini, dapat penulis simpulkan bahwa target pengguna yang disasar sudah tepat, yaitu berusia 17-25 tahun, berdomisili di Jakarta, Tangerang, dan Bekasi, memiliki SES pengeluaran C-B, memiliki waktu tidur yang kurang baik, serta menggunakan media interaktif seperti aplikasi.

3.1.2 Metode Kualitatif

Menurut Sugiyono (2021), metode kualitatif merupakan sebuah metode yang berdasar pada filsafat positivisme yang dimanfaatkan untuk meneliti kondisi ilmiah dimana peneliti adalah instrumen itu sendiri. Teknik kualitatif itu sendiri menekankan makna dan berbentuk deskriptif. Melalui metode ini, peneliti ingin mendapatkan data deskriptif mengenai buku harian, tidur, mimpi, dan media interaktif itu sendiri.

3.1.2.1 Wawancara

Menurut Sugiyono (2021), Wawancara merupakan sebuah metode untuk mengumpulkan data jikalau peneliti ingin melaksanakan studi pendahuluan dan bertujuan untuk menemukan masalah yang harus diteliti, serta keinginan peneliti untuk mengenal dan memahami responden dalam jumlah yang lebih sedikit, tetapi dengan pendekatan yang lebih dalam.

1) Wawancara dengan Pengguna (*User*)

Penulis melaksanakan wawancara dengan target pengguna (*user*) yang bernama Celine Liesly. Celine Liesly merupakan mahasiswa yang berusia 21 Tahun dan

berdomisili di Jakarta. Penulis menanyakan kepada narasumber mengenai ketertarikannya terhadap topik tidur dan mimpi. Narasumber menyatakan bahwa dia memiliki ketertarikan terhadap topik tidur dan mimpi. Penulis juga bertanya perihal kebiasaan tidurnya yang berkaitan dengan waktu tidur dan pola tidurnya. Narasumber pun menjawab bahwa dirinya memiliki kebiasaan tidur di sekitar kurang dari 6 jam atau terkadang melebihi itu. Pola tidurnya itu sendiri dikarenakan ada pekerjaan atau tugas yang harus dilakukan sehingga pola tidurnya tidak teratur.



Gambar 3. 19 Hasil Wawancara dengan Pengguna

Ketika ditanya mengenai ketertarikannya dalam memperbaiki pola dan kualitas tidurnya, dia juga menjawab bahwa dia ingin mengubahnya karena masih menganggapnya berantakan. Selanjutnya, penulis menanyakan mengenai frekuensi mimpi yang dialaminya. Narasumber menjawab bahwa dia lumayan sering mengalami mimpi. Penulis juga menanyakan mengenai buku harian beserta dengan buku harian tidur dan mimpi. Narasumber pun menyatakan bahwa dirinya belum pernah menulis buku harian dan biasanya untuk kebiasaan tidur dan mimpinya, dia hanya mengandalkan ingatannya dan tidak pernah mencatatnya.

Penulis juga menanyakan preferensi narasumber terkait dengan kebutuhan narasumber jikalau ada media

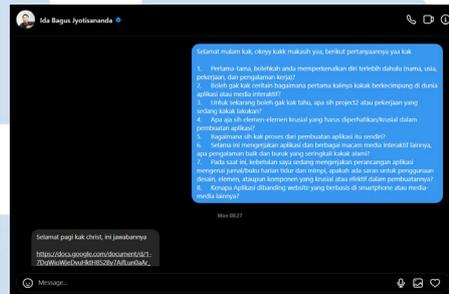
yang bisa menjadi alternatif buku harian untuk tidur dan mimpi. Narasumber menjawab bahwa dia ingin melacak atau mencatat pola tidurnya beserta dengan mimpi yang dialaminya, terutama untuk mengingatnya kembali karena ketertarikannya kepada mimpi. Selanjutnya, penulis juga menanyakan terkait kesulitannya dalam pencatatan tidur dan mimpi itu sendiri dan Narasumber menjawab bahwa seringkali akan lupa mencatat disertai dengan kecenderungan hilangnya memori akan mimpi itu sendiri seiring dengan waktu. Narasumber juga menyinggung soal pengingat yang dapat membantunya dalam mencatat tidur dan mimpi yang dialaminya.

Kesimpulan yang didapat dari wawancara tersebut merupakan masyarakat yang berusia 17-25 Tahun seringkali mengalami kurang tidur dan disebabkan oleh pekerjaan ataupun tugas yang mereka kerjakan. Buku harian tidur dan mimpi itu sendiri juga masih jarang digunakan untuk upaya perbaikan pola dan kualitas tidur. Media interaktif yang diinginkan sendiri disarankan untuk memiliki pengingat dan fitur-fitur yang dapat membantunya mencatat/merekam pola tidur dan mimpinya.

2) Wawancara dengan Ahli Aplikasi

Penulis melaksanakan wawancara dengan ahli aplikasi bernama Ida Bagus Jyotismananda. Narasumber berumur 24 tahun dan berprofesi sebagai Programming Content Creator & Freelance Application Developer, serta sedang berkuliah S2. Narasumber menyatakan bahwa ia sudah terjun di dunia komputer sejak TK. Pada saat SMA pun, narasumber menekuni teknik komputer dan mendapatkan juara 3 dalam olimpiade komputer se-Kabupaten. Ketekunannya pun dilanjutkan pada saat selesai

SMA hingga lulus kuliah. Beliau juga sedang melaksanakan kuliah S2 dan membuat konten-konten di sosial media, serta membuat kelas/kursus online khusus untuk belajar *programming*.



Gambar 3. 20 Hasil Wawancara dengan Ahli Aplikasi

Penulis juga menanyakan mengenai penggunaan elemen-elemen yang krusial dalam pembuatan aplikasi dan mendapatkan jawaban bahwa mengetahui kebutuhan pengguna, mengetahui pasar yang ada, serta memperkuat *marketing* dan *branding* dari aplikasi itu sendiri. Menurut beliau, proses dari pembuatan aplikasi itu sendiri dapat berupa *SDLC (Software Development Life Cycle)* yang terdiri dari beberapa metode, dan salah satu yang biasa dan paling mudah digunakan adalah metode *waterfall*. Penulis juga menanyakan narasumber mengenai pengalaman baik dan buruknya saat mengerjakan aplikasi ataupun media interaktif lainnya. Narasumber menyatakan bahwa pengalaman buruk dalam membuat aplikasi itu sendiri merupakan saat tidak ada batasan mengenai apa fitur-fitur dan ha yang dibuat dalam proses perancangan aplikasi itu sendiri. Jika tidak ada perjanjian atau batasan tersebut, maka klien dapat mengajukan revisi sebanyak-banyaknya dan membuat kita rugi pada waktu yang kita gunakan. Sedangkan untuk pengalaman baiknya sendiri, pendapatan dari hasil pekerjaan tersebut lebih mudah untuk didapatkan

serta dapat bercabang dari ilmu-ilmu tersebut, seperti membuat kursus, ebook, template, dan lainnya.

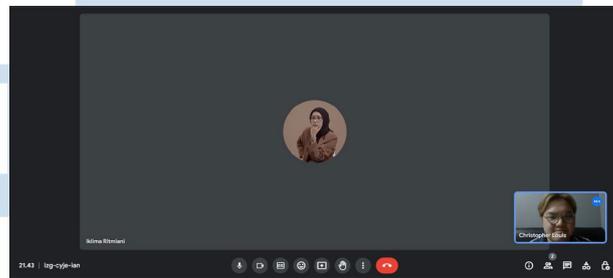
Penulis menanyakan narasumber perihal saran untuk perancangan yang akan penulis rancang, yaitu mengenai topik buku harian tidur dan mimpi. Narasumber pun memberikan saran untuk menambahkan fitur real-time location sehingga dapat mengisi informasi secara lebih detail. Penulis juga mengakhiri wawancara dengan pertanyaan mengenai kenapa aplikasi merupakan media yang lebih baik dibanding media lainnya. Narasumber menjawab bahwa aplikasi lebih mudah diakses, dapat mengimplementasikan *in-app purchase*, serta ketika mempromosikan aplikasi itu sendiri, *market store* dapat otomatis melakukannya.

Melalui wawancara diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa aplikasi itu sendiri merupakan proses yang melibatkan penggunanya. Perancang perlu mengetahui kebutuhan penggunanya, mementingkan kepentingan pengguna, dan mengetahui *market*, serta memperkuat *branding* dan *marketing* untuk aplikasi itu sendiri. Pada proses pembuatan itu sendiri, perancang perlu membuat timeline dan persetujuan mengenai berbagai hal, salah satunya adalah konten dan fitur untuk aplikasi itu sendiri. Pemilihan aplikasi sebagai media selain media-media lain sendiri adalah karena aplikasi mempunyai akses yang lebih mudah, dapat menerapkan *in-app purchase*, dan mempermudah promosi untuk aplikasi itu sendiri.

3) Wawancara dengan Konselor

Penulis melaksanakan wawancara dengan ahli aplikasi bernama Iklima Ritmiani. Narasumber berumur 24

tahun dan berprofesi sebagai Konselor sekaligus menjalani perkuliahan S2 di Universitas Gajah Mada dengan Program Studi Magister Psikologi. Narasumber menyatakan bahwa tidur memiliki berbagai macam fungsi, mulai dari fisik maupun mental. Bagi tubuh kita sendiri, tidur merupakan cara kita untuk memulihkan energi dan tenaga yang telah kita gunakan seharian, serta untuk mengisi tenaga tersebut untuk keesokan harinya. Tidur pun mempengaruhi kondisi mental dan emosi yang kita alami.



Gambar 3. 21 Hasil Wawancara dengan Konselor

Menurut narasumber, kalangan Gen Z memiliki kebiasaan sok sibuk, dan memainkan HP dan sosial medianya secara berlebihan. Meskipun dari riset itu sendiri menyatakan bahwa umur 17-25 tahun seharusnya tidur selama 7-8 Jam, masih banyak masyarakat yang belum memiliki pola tidur yang baik. Dalam segi mimpi itu sendiri. Mimpi yang dialami ketika kita tidur muncul dikarenakan keinginan dari dalam diri kita yang belum terwujud.

Pembentukan mimpi itu sendiri dapat dipengaruhi oleh alam bawah sadar dengan dibantu oleh otak kita sendiri. Mimpi juga seringkali dikaitkan dengan kecemasan, kegagalan, ingatan, ataupun perasaan yang tengah kita alami. Pencatatan tidur ataupun mimpi itu sendiri penting

dalam mewujudkan pengembangan diri ataupun pengenalan diri masing-masing. Baik edukasi ataupun informasi mengenai topik tidur ataupun mimpi itu sendiri penting untuk baik kesehatan fisik ataupun mental seseorang dikarenakan perspsi orang yang seringkali tidak memperhatikan pola dan kualitas tidur mereka dikarenakan hal itu sendiri dianggap kesehariannya.

3.1.2.2 Focus Group Discussion (FGD)

Focus Group Discussion merupakan sebuah turunan dari metode wawancara yang memiliki kumpulan partisipan dan berlangsung secara interaktif (Wardani & Ratnaningsih, 2023). FGD berlangsung dengan partisipan yang sudah sesuai dengan target audiens yang telah ditentukan sebelumnya sesuai dengan demografis, psikografis, dan geografis mereka. Pada FGD kali ini, partisipan yang mengikuti adalah Kevin, Delicia, Kenzie, Nathania, Celine, Azkia, Thirza. Pelaksanaan FGD ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman pengguna mengenai buku harian, tidur, dan kebiasaan pengguna dalam menggunakan media interaktif.



Gambar 3. 22 Hasil FGD

Penulis mengawali FGD ini dengan pengenalan terhadap topik perancangan dan memulainya dengan pertanyaan ketertarikan mereka terhadap topik itu sendiri. Selanjutnya, penulis juga mendapatkan jawaban yang sesuai dengan masalah yang terjadi,

yaitu mereka mengalami kekurangan tidur dan menurut mereka sendiri, waktu tidur mereka kurang ideal. Meskipun ingin memperbaiki pola dan kualitas tidur mereka, mereka kurang dapat memperbaiki pola dan kualitas tidur karena kurangnya media yang dapat membantu mereka merekam tidur dan mimpi sekaligus, serta tidak ada yang dapat mengingatkan mereka untuk melakukannya.

Kebutuhan mereka pada media yang dapat membantu mereka tidur adalah pengingat tidur dan mencatat tidur serta mimpi. Mereka juga membutuhkan pelacak pola dan kualitas tidur yang akurat. Mereka juga biasanya menggunakan media instagram, twitter, tiktok, dan media sosial lainnya. Untuk alat pembayaran sendiri, keseluruhan dari mereka menggunakan e-wallet ataupun digital payment. Platform yang biasanya mereka gunakan merupakan aplikasi dan website.

3.1.2.3 Studi Eksisting

Studi eksisting merupakan sebuah teknik yang berguna untuk melihat studi-studi, data, ataupun hasil yang sudah ada sebelumnya dengan topik yang sama. Menurut Hulley, Cummings, Browner, Grady, & Newman (2013), Penggunaan data yang sudah ada sebelumnya dapat membantu peneliti dalam menjawab berbagai pertanyaan riset dan menambah atau memperkuat data yang ada mengenai topik perancangan.

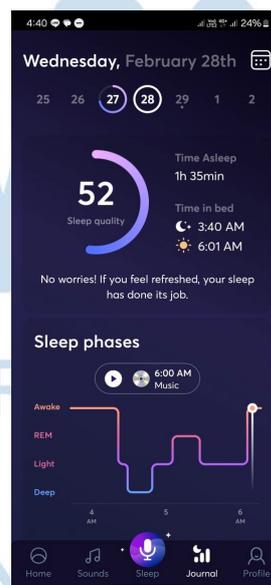
1) BetterSleep

Media pertama yang akan saya analisa sebagai bahan studi eksisting saya merupakan BetterSleep. BetterSleep merupakan sebuah aplikasi yang berfokus untuk membantu masyarakat dalam meningkatkan pola tidur mereka dengan cara menunjangnya menggunakan berbagai alat-alat dan fitur yang ada.



Gambar 3. 23 Halaman Utama BetterSleep

BetterSleep itu sendiri memiliki fitur-fitur utama yang mencakup berbagai hal yang dapat meningkatkan pola dan kualitas tidur, mulai dari jurnal tidur, suara-suara/musik, cerita, meditasi, dan informasi-informasi mengenai tidur. Fitur utama yang paling berguna merupakan jurnal tidurnya yang mencatat keseluruhan komponen dalam tidur sehingga dapat mengukur kualitas tidur itu sendiri.



Gambar 3. 24 Halaman Jurnal BetterSleep

Dalam penggunaannya, kekurangannya sendiri adalah bagaimana jurnal yang digunakan untuk merekam tidur, hanya dapat merekam sekali dalam sehari sehingga tidak dapat merekam/mencatat kebiasaan tidur seperti *napping*. Bagian search yang digunakan untuk mencari fitur-fitur ataupun informasi yang ada di aplikasi tidak berfungsi dengan baik. Halaman utamanya pun tidak langsung terkoneksi dengan jurnal tidur dan pada tombol “*sleep*” pun ikon yang digunakan dapat menimbulkan persepsi kepada pengguna. Pencatatan yang digunakan beriringan dengan fitur-fitur lain terutama suara juga memiliki beberapa masalah seperti berhentinya suara ditengah pencatatan, dan lainnya.

Disamping kelebihan yang tidak menampilkan iklan-iklan yang terkait dengan informasi ataupun hal diluar konteks aplikasi BetterSleep itu sendiri. BetterSleep terlalu banyak memasang iklan yang berkaitan dengan subskripsi aplikasi BetterSleep sehingga dapat mengganggu pengguna secara berlebih pada saat penggunaannya. Meskipun penggunaan elemen-elemen UI dan UX terbilang cukup baik, masih ada beberapa hal yang dapat dikembangkan dan diperbaiki lagi untuk membuatnya lebih “*user-friendly*”.

Tabel 3. 1 SWOT BetterSleep

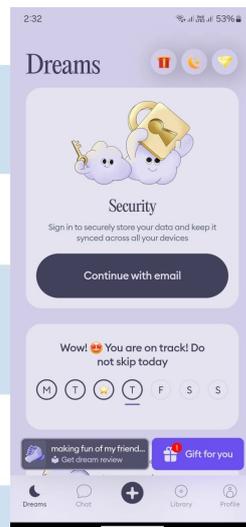
<p>Strength</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Memiliki fitur utama yaitu jurnal tidur dan memiliki komponen lengkap yang dapat membantu pencatatan pola dan kualitas tidur. - Memiliki fitur tambahan yang dapat menunjang kebutuhan perbaikan pola dan kualitas tidur
------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> - <i>UI/UX, Visual style</i>, dan elemen-elemen lainnya cukup baik dan dapat menarik perhatian terutama generasi muda.
Weakness	<ul style="list-style-type: none"> - Dalam penggunaan jurnal tidur, musik, suara, <i>recorder</i>, dan berbagai hal yang terkait dengan data yang ada masih kurang akurat dan seringkali error/berhenti pada saat penggunaannya. - Informasi yang terdapat mengenai <i>sleep stages</i>, atau hal-hal yang berkaitan dengan tidur itu sendiri tidak sedetail itu. - Beberapa ikon, <i>UI/UX</i>, dan elemen yang ada terkadang membingungkan dan tidak selalu dapat memberikan informasi yang akurat. Beberapa elemen juga kurang “<i>user-friendly</i>” dikarenakan perlunya eksplorasi yang lebih. - Banyaknya iklan mengenai subskripsi yang ada sehingga dapat mengurangi <i>user experience</i> pengguna. - Tidak ada pengingat untuk tidur pada bagian <i>alarm</i> itu sendiri, <i>alarm</i> yang ada pun sering mengganggu pencatatan waktu tidur/jurnal tidur yang ada. - Tampilan yang disuguhkan hanyalah <i>dark mode/default</i> dan memiliki kekurangan dalam segi kustomisasinya. - Tidak mengimplementasikan bagian mimpi sama sekali dalam fitur-fiturnya ataupun informasi terkait mimpi itu

	sendiri.
Opportunity	<ul style="list-style-type: none"> - BetterSleep merupakan salah satu sleep tracker terbaik di bidangnya dan diantara kompetitor lainnya. - Kompetitor yang bergerak di bidang tidur tidak memiliki fitur tambahan sebanyak BetterSleep. - Aplikasi tersedia secara gratis dan memiliki opsi yang cukup luas dalam penggunaan fitur-fiturnya. - Memiliki koneksi kepada beberapa aplikasi penting seperti Google Fit dan Samsung Health untuk mentransfer data tidur kepada aplikasi tersebut.
Threat	<ul style="list-style-type: none"> - Beberapa aplikasi bawaan seperti Samsung Health sudah memiliki fitur pencatatan tidur yang simpel. - Banyaknya kompetitor yang memiliki ulasan dan review yang lebih baik pada Google Play Store - Harga subskripsi yang cukup mahal untuk pembukaan limit pada penggunaan suara dan beberapa fitur lainnya.

2) DreamApp

Media kedua yang akan saya analisa sebagai bahan studi eksisting saya merupakan DreamApp. DreamApp merupakan sebuah aplikasi untuk mencatat/merekam mimpi yang seseorang alami dan menerjemahkannya menjadi sebuah arti tertentu.



Gambar 3. 25 Halaman Utama DreamApp

DreamApp memiliki berbagai fitur mulai dari fitur AI yang berbentuk chat dan dapat membantu mengenali tema dari mimpi yang kita catat, maupun arti mimpi tersebut. DreamApp juga memiliki fitur utama berupa pencatatan mimpi beserta dengan pertanyaan-pertanyaan yang dapat mempengaruhi arti dari mimpi tersebut.



Gambar 3. 26 Halaman Library DreamApp

Meskipun fitur-fiturnya yang terkait mimpi dapat dinilai lengkap, namun banyak limitasi kepada pengguna dikarenakan sistem subskripsinya (*premium*). Jika pengguna

memakai aplikasi ini untuk mencatat mimpi dan ingin mengartikan mimpinya, arti dari mimpi yang telah dicatat itu sendiri hanya dapat diakses melalui *library* yang ada di aplikasi tersebut. Untuk mendapatkan arti “tepat” atau “jelas” dari mimpi yang kita catat, kita harus membayar subskripsi. Penggunaan fitur-fitur lainnya seperti *AI chat* yang tidak dilimitasi dan informasi-informasi lebih banyak lagi mengenai mimpi hanya dapat diakses oleh pengguna *premium*.

Fitur tracker/jurnal dari DreamApp itu sendiri tidak memiliki arahan yang cukup detail mengenai mimpi dan komponen-komponen dari mimpi itu sendiri. *UI/UX* yang disuguhkan oleh DreamApp itu sendiri dapat dinilai baik, namun penggunaan iklan yang berlebihan mengenai DreamApp itu sendiri sangat mengganggu pengalaman pengguna dalam menelusuri DreamApp.

Tabel 3. 2 SWOT DreamApp

Strength	<ul style="list-style-type: none"> - Memiliki fitur utama yaitu jurnal/catatan mimpi yang merupakan hal penting dalam aplikasi pencatat/penerjemah mimpi - Memiliki fitur <i>library</i> yang menyuguhkan berbagai arti mimpi dalam tema-tema tertentu. - <i>UI/UX, Visual style</i>, dan elemen-elemen lainnya sudah dapat dinilai cukup baik dan minimalis sehingga dapat menarik perhatian kaum/generasi muda.
Weakness	<ul style="list-style-type: none"> - Dalam penggunaan jurnal/catatan mimpi itu sendiri, pengarahannya tidak jelas

dan pada akhirnya, jika ingin mendapatkan arti tersebut tidak langsung diarahkan ke library, namun kepada benefit *user premium* yang sangat mengganggu pengalaman dalam menelusuri/menggunakan DreamApp itu sendiri.

- Informasi yang terdapat mengenai mimpi secara umum atau hal-hal yang berkaitan dengan mimpi itu sendiri, selain dari artinya masih kurang.
- Beberapa hal terkait dengan *UI/UX*, *Information Architecture* dan *User Flow* yang ada pada DreamApp masih perlu diperbaiki, contohnya pada saat pergantian halaman, pengguna tidak dapat melihat dengan jelas dimana *panel back* dan sebagainya, Jurnal/Catatan mimpi itu sendiri juga memiliki rekaman yang kurang baik dan hanya berupa *history*.
- Banyaknya iklan mengenai subskripsi yang ada sehingga dapat mengurangi *user experience* pengguna.
- Tidak ada pengingat untuk menulis mimpi itu sendiri, baik di pagi ataupun malam hari sebelum tidur.
- Tampilan yang disuguhkan hanyalah *default/light mode* dan tidak dapat melakukan kustomisasi pada bagian apapun.

	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak mengimplementasikan tidur sama sekali dalam fitur-fiturnya ataupun informasi terkait tidur itu sendiri. - DreamApp hanya bergerak sendiri dan tidak memiliki koneksi kepada aplikasi lain yang berkaitan dengan mimpi ataupun tidur.
Opportunity	<ul style="list-style-type: none"> - DreamApp merupakan salah satu aplikasi pencatatan mimpi yang terbaik dan paling banyak diunduh di bidangnya. - Kompetitor yang bergerak di bidang tidur tidak memiliki fitur penerjemahan mimpi yang lengkap seperti DreamApp. - Aplikasi tersedia secara gratis dan memiliki opsi dan fitur yang cukup banyak. - Memiliki fitur komunitas dimana orang-orang yang menuliskan mimpinya dapat berkumpul dan saling menceritakan mimpinya.
Threat	<ul style="list-style-type: none"> - Fitur-fitur yang dapat digunakan secara leluasa hanyalah sedikit sehingga pengguna tidak dapat menelusuri lebih lanjut mengenai DreamApp. - Subskripsi merupakan hal yang penting bagi pengguna untuk dapat menikmati fitur-fitur utama seperti penerjemah mimpi dan AI itu sendiri sehingga pembayaran itu sendiri tidak dapat

	<p>dihindari.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harga subskripsi yang cukup mahal dan iklan-iklan mengenai hal tersebut bertebaran di seluruh aplikasi DreamApp itu sendiri.
--	--

3.1.2.4 Studi Referensi

Studi referensi merupakan sebuah teknik yang berguna untuk mencari dan melihat petunjuk desain, aset, tampilan, dan berbagai macam aspek/komponen yang ada pada referensi tersebut.

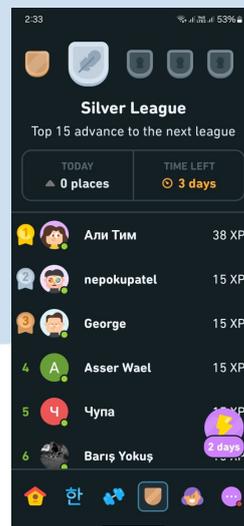
1) Duolingo

Media pertama yang akan dijadikan bahan penelitian untuk studi referensi adalah Duolingo. Penulis sendiri menggunakan Duolingo sebagai referensi mengenai ilustrasi, gamifikasi, dan juga ikonografinya. Duolingo merupakan sebuah aplikasi yang bergerak di bidang edukasi bahasa dan menunjang kebutuhan sertifikasi untuk bahasa-bahasa itu sendiri. Duolingo memiliki sistem gamifikasi yang menarik perhatian dan dapat memotivasi pengguna-penggunanya untuk menggunakan Duolingo itu sendiri.



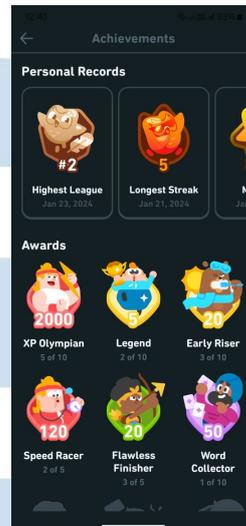
Gambar 3. 27 Halaman Profile Duolingo

Fitur-fitur gamifikasi tersebut berupa profil yang dapat diubah-ubah atau dikustomisasi, *scoreboard* atau *leaderboard* dengan berbagai *rank system*, *quests*, *badges*, dan *achievements* yang dapat menarik perhatian dan menambah semangat pengguna untuk melatih dan belajar mengenai bahasa, sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Duolingo juga memiliki layout, UI/UX, dan elemen-elemen desain yang menarik. Duolingo menggunakan gaya visual ilustrasi yang kekinian yaitu vektor yang terlihat simpel namun memiliki gaya uniknya sendiri.



Gambar 3. 28 Halaman Leaderboard Duolingo

Ikonografi yang digunakan juga menunjukkan keunikannya tersendiri. Meskipun tidak disertai dengan teks apapun, ikon-ikon tersebut dapat menunjukkan dengan jelas jenis halaman yang akan dituju. Oleh karena itu penulis akan mengambil referensi dari Duolingo terkait dengan gamifikasi, ilustrasi dan gaya ilustrasinya, ikonografinya, serta gaya tipografi yang digunakan.



Gambar 3. 29 Halaman Achievements Duolingo

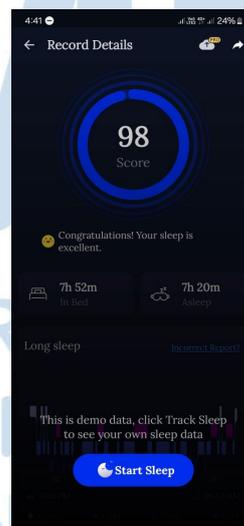
2) Sleep Monitor

Media kedua yang akan dijadikan bahan penelitian referensi merupakan Sleep Monitor. Sleep Monitor merupakan sebuah aplikasi yang digunakan untuk melacak/mencatat/merekam pola dan kualitas tidur. Penulis menggunakan Sleep Monitor sebagai referensi untuk fitur-fitur yang ada dan layout yang digunakannya. Sleep Monitor sendiri memiliki fitur utama jurnal/rekaman tidur yang mencakup keseluruhan komponennya, mulai dari kualitas tidur, pola tidur, catatan tidur, rekaman dari suara-suara di sekitar kita ketika tidur, dan masih banyak lagi.



Gambar 3. 30 Halaman Utama Sleep Monitor

Sleep Monitor juga memiliki fitur-fitur dan informasi tambahan yang mencakup suara/musik untuk tidur, *breathing*, ritual, *heart rate*, artikel, dan fitur lain yang dapat membantu pengguna meningkatkan pola dan kualitas tidurnya. *UI/UX*, elemen-elemen visual, dan ikonografi yang digunakannya pun cukup simpel dan mudah dimengerti. Pembagian halaman dan bagian-bagian yang ada pun cukup jelas dan tidak memuat terlalu banyak informasi sehingga dapat lebih mudah dimengerti.

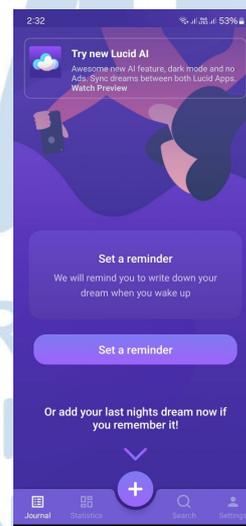


Gambar 3. 31 Halaman Jurnal Sleep Monitor

Penulis pun akan mengambil referensi dari *layout-layout* pada Sleep Monitor dan beberapa ikonografi yang ada sehingga dapat memiliki kesinambungan dan ritme yang sama pada bagian-bagian yang ada di seluruh aplikasi. Fitur-fitur yang ada pada jurnal/pencatatan tidur itu sendiri juga sangat lengkap dan memuat banyak informasi berguna terkait tidur yang dijalankan oleh pengguna.

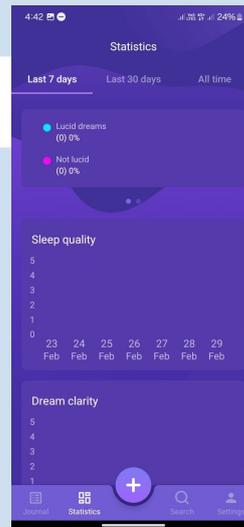
3) **Lucid – Dream Journal**

Media ketiga yang akan menjadi bahan penelitian referensi merupakan Lucid. Lucid merupakan sebuah aplikasi jurnal mimpi yang membantu pengguna dalam mencatat mimpi, cerita mimpi tersebut, dan beberapa komponen mimpi lainnya. Pencatatan mimpi yang terdapat pada Lucid sendiri merupakan sleep quality, pembagian jenis mimpi, dream clarity, dan dream mood yang dapat dinilai cukup lengkap dan informatif bagi pengguna yang ingin mencatat mimpinya. UI/UX dan layout yang digunakan juga cukup informatif dan minimalistik. Penulis ingin menggunakan Lucid sebagai referensi untuk fitur yang ada pada aplikasi ini.



Gambar 3. 32 Halaman Utama Lucid – Dream Journal

Oleh karena itu, penulis akan mengambil referensi fitur-fitur yang ada pada Lucid yang cukup lengkap dalam bagian pencatatan/jurnal mimpi itu sendiri. Fitur *dari voice recording* untuk mencatat mimpi dan *reminder* yang ada juga membantu pengguna dalam merekam mimpi dengan lebih mudah dan *mindful*.



Gambar 3. 33 Halaman Statistik Lucid – Dream Journal

3.2 Metodologi Perancangan

Metodologi Perancangan yang digunakan merupakan Design Thinking dan Gamification.

1) *Design Thinking*

Menurut Interaction Design Foundation (2018), *Design Thinking* merupakan suatu proses yang berlangsung secara terus menerus dalam upaya untuk memahami pengguna dan keinginannya, menganalisa asumsi, serta mendefinisikan masalah sehingga solusi dan strategi alternatif yang diperlukan dapat ditemukan. *Design thinking* merupakan cara berpikir yang berbentuk solusi dalam memecahkan masalah yang ada dalam proses perancangan produk ataupun servis. *Design thinking* membantu kita dalam mengidentifikasi masalah, asumsi, serta seluruh implikasi yang ada dalam sebuah proses berpikir.

3.2.1.1 Emphasize

Dalam memecahkan sebuah masalah, proses untuk memahami sebuah masalah dan pencarian solusi pun dibutuhkan. Melalui tahap ini, peneliti akan berempati terhadap pengguna sehingga peneliti dapat mengetahui lebih dalam tentang kesulitan dan permasalahan yang terjadi dari perspektif pengguna media.

3.2.1.2 Define

Setelah melakukan pengumpulan data, diperlukan adanya analisis ulang dan redefinisi yang berguna untuk mempersempit dan mengkurasi permasalahan yang ada sehingga batasan masalah, target pengguna, dan solusi pun dapat dibentuk agar penambahan permasalahan dari pengguna pun tidak terjadi. Pada tahap define, peneliti merangkum sebuah kesimpulan dari masalah tersebut dan juga membentuk fitur-fitur, fungsi, dan elemen lain yang akan digunakan serta mendukung solusi dari masalah yang telah ditentukan.

3.2.1.3 Ideate

Peneliti akan memulai tahapan ini dengan menuliskan dan menuangkan ide-ide serta solusi yang memungkinkan untuk menyelesaikan masalah, dan diakhir tahapan ideate pengujian dari ide dan solusi tersebut pun dilakukan sehingga peneliti dapat menemukan dan menentukan cara terbaik untuk menyelesaikan masalah yang telah ditentukan melalui perancangan *information architecture* dan *wireframe*.

3.2.1.4 Prototype

Pada tahap ini, peneliti menyaring ide dan merealisasikan ide dan solusi tersebut serta dapat dilakukan uji coba dengan pihak-pihak terkait. Setelah itu, peneliti juga akan memperbaiki dan merevisi solusi yang telah diwujudkan sehingga menciptakan prototype yang sesuai sebagai solusi dari permasalahan penelitian.

3.2.1.5 Testing

Tahap testing merupakan tahap dimana kita melakukan pengujian produk kepada target pengguna menggunakan prototype yang telah melalui

revisi dan pengembangan lebih lanjut. Pada tahap ini, peneliti juga akan mendapatkan kritik dan saran yang akan digunakan untuk menghasilkan produk yang lebih baik lagi.

2) *Gamification*

Gamification merupakan sebuah cara untuk mengimplementasikan mekanisme dari *game* kepada sebuah media yang memiliki sifat bukan *game* untuk memberikan media tersebut kesan layaknya *game* itu sendiri. Tujuan dari gamifikasi itu sendiri dapat berupa meningkatkan kesadaran pengguna akan media tersebut, menambahkan kesan seru pada media, bahkan meningkatkan pendapatan dari media tersebut (Stieglitz, Lattemann, Robra-Bissantz, Zarnekow, & Brockmann, 2017). Mekanisme dari *game* itu sendiri merupakan elemen-elemen yang akan diimplementasikan dan mempengaruhi keinginan pengguna dalam menggunakan media tersebut. Mekanisme tersebut merupakan:

3) *Points*

Poin merupakan cara untuk memberikan hadiah kepada pengguna menggunakan beragam ukuran yang ada pada sistem

4) *Leaderboards*

Sistem peringkat ini dapat memberikan kesempatan kepada pengguna untuk melihat dirinya pada tingkat tertentu dan membandingkannya dengan orang-orang lain yang ada pada sistem tersebut. Hal ini dapat mendorong pengguna untuk terus meningkatkan peringkatnya dan terus melanjutkan pekerjaan/tugas yang diberikan oleh sistem itu sendiri.

5) *Levels*

Level merupakan sebuah indikator yang dapat digunakan untuk mengetahui aktivitas pengguna itu sendiri pada sistem tersebut.

6) *Achievement Systems*

Sistem pencapaian ini berguna untuk memberikan tugas dan tujuan-tujuan secara berkala kepada pengguna melalui berbagai aktivitas yang ada pada sistem tersebut. Sistem ini terbagi menjadi 3 yaitu:

c) *Identifier*

Identifier dapat berupa nama, objek, penjelasan, dan *badge* yang dapat memvisualisasikan pencapaian tersebut

d) *Unlocking-logic*

a) *Trigger* yang merupakan aksi atau sesuatu yang dilakukan oleh pengguna

b) *Conditions* yang merupakan kondisi dimana pengguna menjalankan *trigger*

c) *Count* merupakan berapa kali *trigger* dilakukan oleh pengguna

d) *Pre-requirements* yang merupakan kondisi dimana pengguna harus melakukan sesuatu untuk mendapatkan hadiah tertentu.

e) *Rewards* yang merupakan hadiah dari mendapatkan pencapaian tersebut.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA