

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN DAN PERANCANGAN

3.1 Metodologi Penelitian

Menurut Creswell dan Cresswell (2018) mengemukakan terdapat tiga metode penelitian, yaitu metode kuantitatif, metode kualitatif, dan campuran/*mixed*. Dalam melakukan perancangan ini, metode pengumpulan data yang digunakan dalam perancangan ini adalah campuran dengan menggunakan metode kualitatif dan kuantitatif serta didukung dengan studi eksisting dan studi referensi. Untuk metode kualitatif, penulis melakukan wawancara dengan psikolog, individu yang memiliki gejala BDD, serta melakukan studi referensi dan studi referensi. Sedangkan untuk metode kuantitatif, penulis menyebarkan kuesioner secara online.

3.1.1 Metode Kualitatif

Secara umum metode kualitatif berkaitan dengan fenomena sosial untuk memahami kondisi dan situasi objek penelitian. Metode ini dapat menjawab permasalahan apa, kapan, dimana, siapa, kenapa, dan juga bagaimana yang dapat dikaji lebih dalam untuk menemukan rumusan pemasalahan (Kim, dkk., 2018).

Dalam metode ini, penulis melaksanakan wawancara secara online dengan psikolog secara *online* agar memperoleh data mengenai *body dysmorphic disorder*. Penulis juga melakukan *Focus Group Discussion* (FGD) secara langsung dengan orang yang sedang/berpotensi mengalami gangguan ini. Sebagai tambahan, penulis melakukan studi eksisting dan studi referensi sebagai data pendukung dalam penelitian.

3.1.1.1 Interview

Sugiyono dalam Kurniawan (2017) berpendapat bahwa wawancara adalah metode pengumpulan data dengan melakukan tanya jawab dengan narasumber secara sistematis. Wawancara

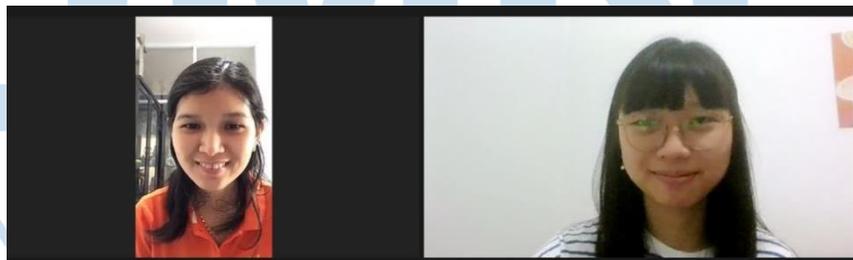
bertujuan untuk mendapatkan informasi berkaitan dengan data dan wawasan mengenai *body dysmorphic disorder* (BDD).

Penulis melakukan wawancara dengan satu narasumber ahli dan tiga narasumber dari target sasaran dengan pertanyaan yang berbeda. Wawancara dilakukan bersama Christine, M. Psi., sebagai narasumber ahli yang merupakan seorang psikolog *freelancer* di *life spring*. Wawancara bersama Christine, M. Psi bertujuan untuk memvalidasi data yang diperoleh melalui jurnal, internet, dan buku serta mencari informasi mengenai *body dysmorphic disorder*.

Wawancara kepada tiga narasumber yang merupakan seorang mahasiswa dan siswa yang memiliki gejala *body dysmorphic disorder*. Melalui wawancara berikut, akan didapatkan informasi dari perspektif yang berbeda dari Christine, M. Psi yang merupakan seorang ahli.

1) **Interview dengan Christine, M. Psi.**

Christine, M. Psi., merupakan seorang *volunteer* Himpunan Psikologi Indonesia (HIMSI) dan *freelancer* di *Life spring* konseling dan sudah berlisensi. Beliau menempuh pendidikan Sarjana Psikologi dan Magister Psikologi profesi pendidikan anak dan remaja. Selain itu, Christine juga mengajar kelas piano sebagai terapi musik bagi anak-anak.



Gambar 3.1 Wawancara Bersama Christine, M.Psi

Pada 14 September 2023, beliau dihubungi melalui sosial media *whatsapp* untuk bertanya mengenai ketersediaan beliau untuk menjadi narasumber ahli yang mengangkat topik *body dysmorphic disorder*. Kemudian memberikan persetujuan bahwa wawancara dapat dilaksanakan secara *online* melalui *zoom*.

Pada 18 September 2023 pukul 09.00 WIB di hari senin, penulis melakukan wawancara melalui *platform zoom meeting*. Sesi wawancara berlangsung selama 45 menit hingga pukul 09.45 WIB. Pembukaan wawancara diawali dengan perkenalan diri dan pengalaman beliau dalam bidang Psikologi. Sebelum melanjutkan pertanyaan yang lebih mendalam, Christine menjelaskan *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan yang berkaitan penampilan diri sehingga penderita cenderung merasa kurang percaya diri dengan penampilan dirinya.

Christine berkata seseorang dapat mengidap *body dysmorphic disorder* (BDD) bila gangguan tersebut telah mengganggu aktifitas dan produktifitas dalam kehidupan sehari-hari sebab memikirkan pikiran penampilan diri. BDD ini umumnya berhubungan dengan sesuatu yang berlebihan. Tidak ada batasan pasti pada level gangguan ini sehingga bila seseorang yang memiliki kebiasaan untuk memperbaiki penampilan dirinya hingga mengganggu produktifitas maka hal ini termasuk dalam tahapan dimana seseorang tersebut harus ditangani lebih lanjut.

Menurut Christine, diagnosa *body dysmorphic disorder* menyerupai OCD. Penderita OCD memiliki obsesi terhadap kesempurnaan dan perfeksionis. Penderita BDD tidak akan pernah merasa sempurna dan usaha yang mereka lakukan tidak akan pernah cukup untuk menenangkan mereka sebab perasaan salah akan diri sendiri.

Yang dapat melatarbelakangi terjadinya perilaku *body dysmorphic disorder* adalah dorongan yang muncul dalam diri karena merasa penampilan tidak ideal namun apa yang menjadi alasan mereka melakukannya dapat berbeda-beda tergantung dengan lingkungan sekitar dan standar dalam masyarakat dalam menilai suatu individu.

Christine mengatakan bahwa *body dysmorphic disorder* berkembang dengan gejala yang dapat muncul mulai dari usia 15 hingga 30 tahun. Gejala paling umum mulai terjadi pada remaja pada jenjang pendidikan Siswa sekolah Menengah Pertama (SMP). Gejala BDD ini dapat berkurang seiring dengan bertambahnya usia namun dapat bertambah intens pada beberapa individu. Beliau mengatakan bila *body dysmorphic disorder* pada tahapan gejala dan penderita memiliki penanganan yang berbeda. Sebab pengidap BDD memiliki pikiran penderita membayangkan pada kehidupan sehari-hari dan akan mengganggu produktifitasnya sehingga memerlukan penanganan obat-obatan lebih lanjut.

BDD lebih umumnya ada di remaja yang bergender wanita namun tidak menutup kemungkinan pada laki-laki. Geografis tidak menjadi faktor gejala BDD dapat muncul tetapi BDD muncul karena standar kecantikan suatu lingkungan dan tekanan sosial dari masyarakat. Pada tahapan berat, BDD dapat menyebabkan seseorang memiliki kepribadian anti-sosial, depresi, cemas terhadap diri sendiri dan memenuhi standar orang lain dan berujung pada penolakan terhadap diri sendiri.

Christine berpendapat bahwa tindakan pencegahan pada BDD sulit dilakukan karena dalam kehidupan sehari-hari dan kemanapun kita pergi akan selalu ada kata-kata yang mengarah kepada penampilan kita. Berdasarkan hal tersebut maka kita

harus memiliki konsep diri yang positif. Konsep diri yang baik dapat membantu kita untuk siap menghadapi masyarakat.

Masyarakat umum tidak mengetahui BDD sehingga informasi mengenai gangguan ini diperlukan. Setiap orang memiliki gejala BDD namun tidak berat. Tetapi bila diteruskan dapat menjadi gangguan yang serius yang harus segera ditangani profesional. Penderita BDD tidak terdiagnosa sebab penderita BDD tidak pernah menemui tenaga profesional. Hal ini dikarenakan penderita BDD tidak mengetahui keberadaan gangguan *body dysmorphic disorder* dan hanya merasakan dorongan untuk mempercantik diri sendiri walaupun hal tersebut dapat berdampak negatif kepada psikologinya.

2) **Interview dengan Hertha Christabelle Hambalie**

Hertha Christabelle Hambalie merupakan *founder* dari Clarity Psychology Center. Beliau adalah seorang psikolog klinis yang bekerja di rumah sakit Bethsaida dan sudah berlisensi

Pada 20 Oktober 2023, beliau dihubungi melalui sosial media Instagram dan *whatapps* untuk bertanya mengenai ketersediaan beliau untuk menjadi narasumber ahli yang mengangkat topik *body dysmorphic disorder*. Kemudian memberikan persetujuan bahwa wawancara dapat dilaksanakan secara *online* melalui zoom dan informasi yang diperoleh akan dijadikan sebagai data pendukung penelitian.



Gambar 3.2 Wawancara Bersama Hertha Christabelle Hambalie

Pada tanggal 21 September 2023 pukul 15.00, penulis melakukan sesi wawancara melalui zoom. Sesi wawancara berlangsung selama 40 menit dan selesai pada pukul 15.40 WIB.

Pembukaan wawancara dimulai dengan perkenalan diri kemudian dilanjutkan dengan pertanyaan mengenai *body dysmorphic disorder*. Beliau mengatakan bahwa latar belakang gangguan mental seperti BDD dapat terjadi secara biologis, penolakan atau abuse, pola asuh, atau sebagainya yang dapat berakhir menyebabkan seseorang mengalami BDD.

Pembeda gangguan BDD dari gangguan lain adalah titiknya itu dimana, keluhan masalah besarnya itu dimana titik berat atau objektif gangguan tersebut. Gejala dari BDD ini dapat dikenali dengan memperhatikan ciri-cirinya berdasarkan DSM-5. Beliau berpendapat bahwa diagnosa dilakukan oleh psikolog melalui wawancara, psikotest, hingga psikotest. Terdapat juga tingkat keparahan dari gangguan yang dapat ditentukan berdasarkan intensitasnya dalam mengalami gangguan. Seseorang dengan intensitas berbeda akan mendapatkan penanganan berbeda.

Berkaitan dengan pertanyaan selanjutnya mengenai apakah terdapat orang sekitar beliau seperti teman dan anggota keluarga yang mengalami atau memiliki gejala gangguan ini. Beliau mengaku bahwa ada orang disekitar Hertha yang memiliki gejalanya. Dan BDD tersebut merupakan gangguan yang dapat berdiri sendiri dan bisa juga komorbid. Standar kecantikan di lingkungan, seperti kecemasan dan depresi dapat menjadi faktor resiko buat BDD. Comorbid atau penyerta biasanya berkembang dari ganguannya kecemasan seperti *social anxiety*, depresi, neuritis, perfectionis, low self-esteem

Menurut Herta, BDD dapat disembuhkan. Sembuh bukan berarti tidak ada kecemasan. Justru kecemasan merupakan hal yang normal dan dapat dikatakan tidak normal lagi bila tidak dapat di kontrol oleh individu. BDD dapat disembuhkan dengan menggunakan terapi perilaku kognitif (CBT) dan bantuan obat-obatan agar BDD menjadi kembali terkontrol.

Menutup wawancara, penulis meminta izin kepada Hertha untuk menggunakan informasi yang diperoleh dari wawancara sebagai data pendukung dari perancangan dan menggunakan clarity psychology center sebagai *brand mandatory*. Ia menyetujui dan merasa senang untuk mendukung perancangan serta membantu untuk mengecek konten pada perancangan website.

3.1.2 Metode Kuantitatif

Metode kuantitatif merupakan metode pengumpulan data yang bersifat objektif karena data yang didapatkan berupa angka yang disertai dengan grafik ataupun tabel. Metode dilakukan secara terencana dan sistematis dengan objektif penelitian hubungan antara fenomena dan objek penelitian (Hermawan, 2019). Penelitian menggunakan metode kuantitatif berupa kuesioner yang disebar secara daring.

1) Kuesioner

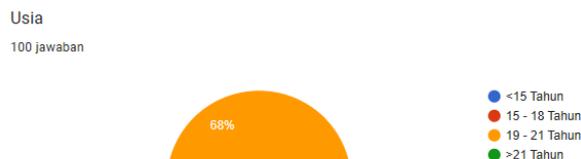
Kuesioner digunakan untuk mengetahui target audiens dalam segi tingkat pengetahuan, ketertarikan, dan kebutuhan terkait *body dysmorphic disorder*. Kuesioner dibagikan secara daring melalui media sosial yang sering digunakan remaja dan ditujukan pada remaja dengan usia 15-21 tahun yang berdomisili di daerah DKI Jakarta.

Dalam kuesioner menggunakan rumus *slovin* yang berfungsi menghitung jumlah sampel minimum populasi terbatas agar membatasi jumlah responden kuesioner. Dengan menetapkan

besar *margin error* 10% dan penggunaan data jumlah populasi dari BPS tahun 2022 maka hasil diperoleh 100 responden.

$$S = \frac{N}{1 + N \cdot (e)^2}$$
$$S = \frac{1.693.325}{1 + 1.693.325 \cdot (0.1)^2}$$
$$S = \frac{1.693.325}{1 + 16.933,25}$$
$$S = \frac{1.693.325}{16.933,26} = 99,99 \approx 100$$

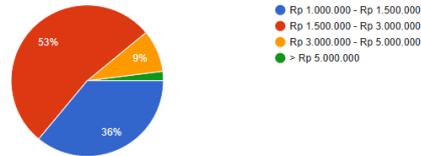
Kuesioner yang disebarakan secara daring pada tanggal 14 September 2023 memiliki 18 pertanyaan beragam dengan jenis pertanyaan pilihan dan skala. Pertanyaan terbagi menjadi 3 bagian, yaitu demografis, psikografis dan pengetahuan mengenai *body dysmorphic disorder*, serta media yang digunakan oleh responden. Kuesioner ditutup pada tanggal 21 September 2023 dengan jumlah sebanyak 100 responden.



Gambar 3.3 Kelompok Usia Responden

Terdapat batasan demografi seperti rentang usia dan tempat tinggal pada kuesioner agar mempermudah pengolahan data. Dari 100 responden yang mengisi kuesioner ini, terdapat 68% berada di rentang usia remaja akhir 19-21 tahun dan 32% berada di rentang usia remaja 15-18 tahun.

Pengeluaran
100 jawaban



Gambar 3.4 Kelompok Pengeluaran Responden

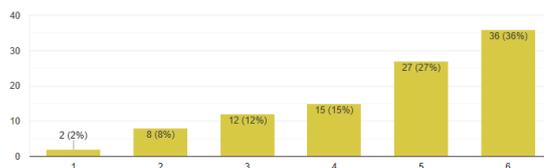
Berdasarkan data tersebut, responden sebagian besar dengan presentase 53% berada di kelompok pengeluaran Rp 1.500.000 hingga Rp 3.000.000 dimana merupakan kategori kelompok status ekonomi B. Responden terbanyak kedua dengan 36% berada di kelompok pengeluaran Rp 1.000.000 hingga Rp 1.500.000 yang tergolong di kelompok status ekonomi C1.

Pada bagian pertama kuesioner, responden diberikan empat pertanyaan menggunakan jenis pertanyaan pilihan dan skala. Pada pertanyaan menggunakan skala terdapat skala 1 sampai 6, yaitu tidak setuju hingga setuju. Pada pertanyaan menggunakan pilihan, responden memilih jawaban yang benar berdasarkan pemahamannya.

- 1: Sangat tidak setuju
- 2: Tidak setuju
- 3: Sekedar tidak setuju
- 4: Sekedar setuju
- 5: Setuju
- 6: Sangat tidak setuju

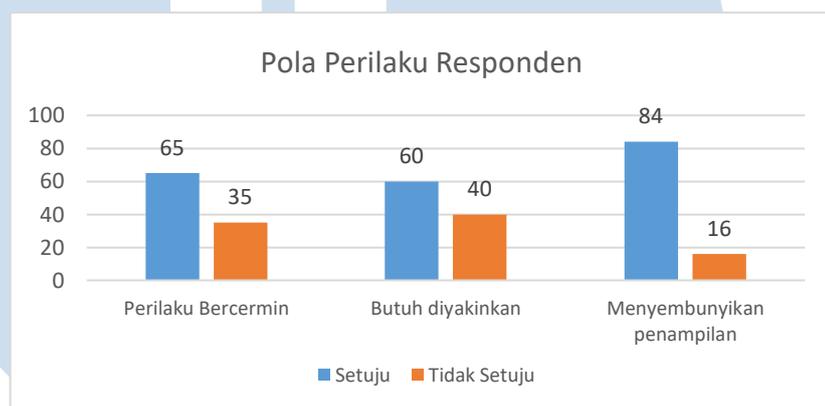
Anda cemas dan berpikir negatif mengenai penampilan tubuh Anda yg tidak ideal

100 jawaban



Gambar 3.5 Skala Psikologi Responden Terhadap Penampilan Ideal

Sebesar 36% responden menjawab sangat setuju. Dilanjutkan dengan 27% lainnya menjawab setuju terhadap pertanyaan tersebut. Sebagian besar responden dengan total presentase 78% menjawab dengan skala yang mengarah ke setuju. Pertanyaan ini bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak responden yang merasa cemas dan memiliki pikiran negatif mengenai penampilan tubuh yang tidak ideal.

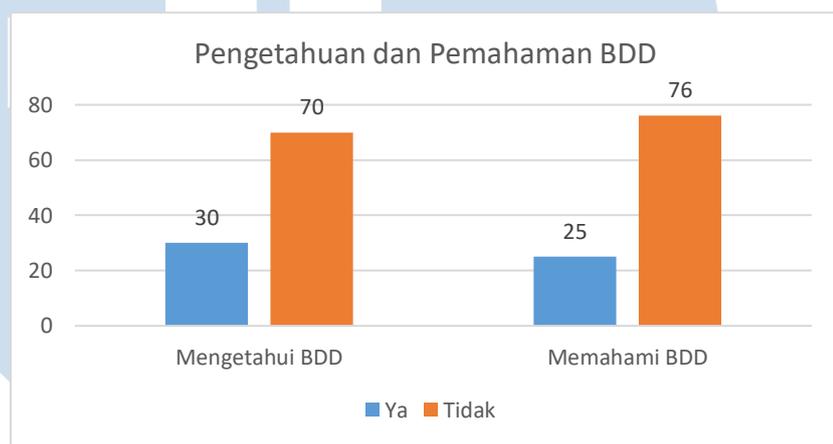


Gambar 3.6 Pola Perilaku Responden

Sebanyak 65% menjawab setuju terkait pola perilaku repetitif yang merupakan salah satu gejala pada pengidap *body dysmorphic disorder*. Sebanyak 35% lainnya menjawab tidak setuju terkait perilaku bercermin. Perilaku bercermin berulang-ulang dalam waktu lama untuk mengecek area tubuh yang tidak ideal merupakan bentuk kecemasan.

Responden sebagian besar dengan presentase 60% memilih jawaban setuju mengenai dirinya yang butuh diyakinkan oleh orang sekitar bahwa bentuk tubuhnya tidak terlihat jelas. Sebesar 40% responden lainnya tidak setuju terkait butuh diyakinkan oleh orang lain mengenai penampilannya. Perilaku ini merupakan salah bentuk perilaku dimana seseorang yang mengalami pola perilaku ini membutuhkan validasi akan penampilannya agar merasa diterima oleh masyarakat.

Sebesar 84% responden setuju mengenai perilaku menyembunyikan penampilannya yang tidak ideal. Sebanyak 16% responden lainnya tidak setuju dengan perilaku tersebut. Tindakan menyembunyikan penampilan seperti menutupi bagian tubuh yang tidak ideal dengan pakaian ataupun dengan riasan merupakan tindakan yang dilakukan untuk mengurangi rasa cemas terkait penampilan diri.



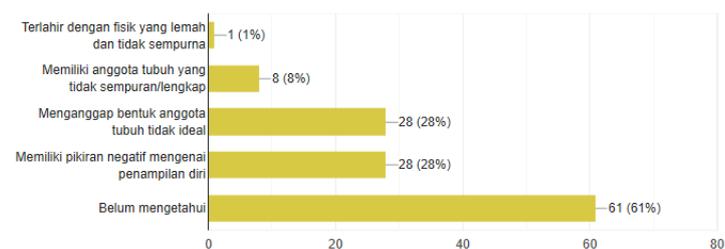
Gambar 3.7 Pengetahuan dan Pemahaman Responden Mengenai BDD

Sebesar 70% responden tidak mengetahui mengenai *body dysmorphic disorder*. Sebesar 5% responden mengetahui namun tidak memiliki pemahaman yang mendalam mengenai gangguan ini. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah responden memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai *body dysmorphic disorder*.

Apa yang Anda ketahui mengenai Body Dysmorphic Disorder

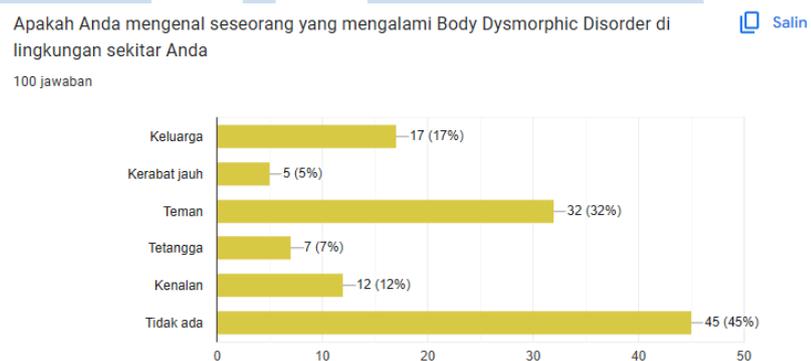
[Salin](#)

100 jawaban



Gambar 3.8 Sumber pengetahuan Responden

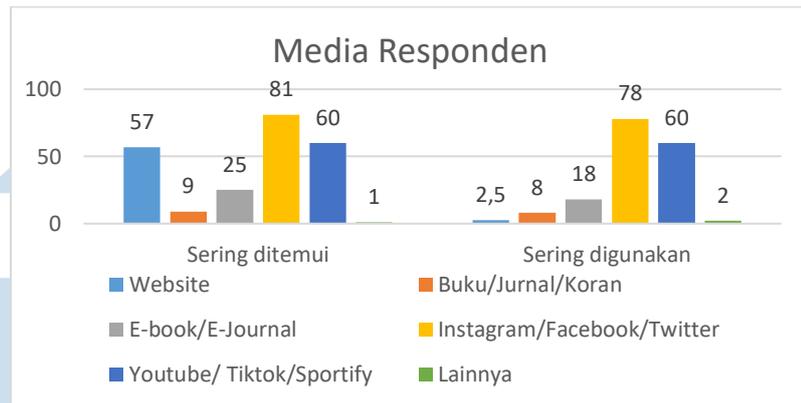
Berdasarkan pertanyaan tersebut, sebagian besar responden dengan presentase 65% belum mengetahui mengenai *body dysmorphic disorder*. Responden lainnya dengan total presentase 35% mengetahui namun tidak memiliki pemahaman yang mendalam mengenai BDD. Dapat disimpulkan bahwa terdapat sejumlah responden yang memiliki pengetahuan mengenai gangguan ini tetapi memiliki persepsi yang salah.



Gambar 3.9 Data Lingkungan Sekitar Responden

Sebagian besar responden dengan total 55% memiliki orang-orang sekitar yang mengalami *body dysmorphic disorder*. Sebesar 45% responden menjawab bahwa tidak ada orang sekitar yang mengalami gangguan ini. Pertanyaan ini bertujuan untuk mengetahui seberapa umum *body dysmorphic disorder* pada lingkungan sekitar responden.

Selanjutnya kuesioner berisikan 4 pertanyaan mengenai media yang digunakan oleh responden. Pertanyaan memiliki tujuan untuk mendukung merancang desain yang sesuai dengan target audiens. Responden dapat memilih lebih dari satu media untuk jenis pertanyaan dengan banyak pilihan.



Gambar 3.10 Media Yang Digunakan Oleh Responden

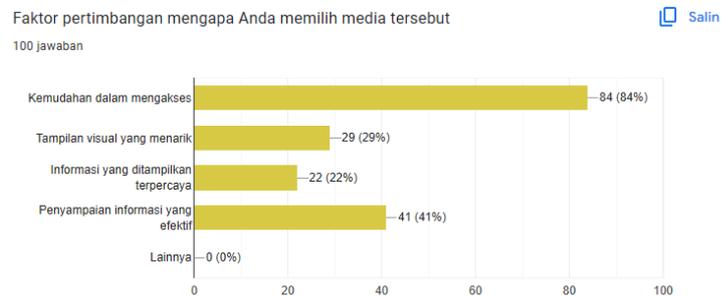
Sebagian besar responden dengan rata-rata 79,5% sering berinteraksi dengan sosial media yang bersifat interaktif dengan pengguna lainnya seperti instagram, facebook, dan twitter. Selanjutnya terdapat platform youtube, tiktok, dan spority yang sering digunakan merupakan mobile website yang berbasis audio oleh rata-rata responden sebanyak 60%. Website dengan rata-rata responden sebesar 58,5% sering berinteraksi dengan website dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa responden cenderung menemui dan menggunakan media interaktif dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 3.11 Perangkat Yang Digunakan Untuk Mengakses Informasi

Sebagian besar responden dengan presentase 84% lebih sering menggunakan gawai untuk mengakses informasi. Pertanyaan ini bertujuan untuk mengetahui media apa yang sering digunakan untuk menentukan media perancangan informasi mengenai *body dysmorphic disorder*. Hal ini berfungsi agar penyerapana

informasi menjadi efektif dengan menyediakan media yang familiar bagi target audiens.



Gambar 3.12 Faktor Responden Memilih Media

Berdasarkan data diatas, sebagian responden dengan presentase 84% memilih alasan kemudahan dalam mengakses media tersebut. Selanjutnya ada 41% responden mempertimbangkan penggunaan media tersebut dapat menyampaikan informasi dengan efektif. Dapat disimpulkan bahwa selain kemudahan dan efektifitas penyampaian informasi, terdapat faktor lain seperti tampilan visual yang menarik dan informasi yang ditampilkan terpercaya dalam mengakses menggunakan media tersebut.

2) Kesimpulan

Berdasarkan data kuesioner yang disebar dapat disimpulkan bahwa permasalahan utamanya adalah minim informasi dan pemahaman mengenai *body dysmorphic disorder* di Indonesia. Pengetahuan akan masalah *body dysmorphic disorder* sangat kurang, sebagian responden hanya sekedar mengetahui *body dysmorphic disorder* tanpa pemahaman yang mendalam mengenai dampak, gejala, dan penanganannya pada remaja.

Oleh sebab itu dibutuhkan media yang dapat menjelaskan *body dysmorphic disorder* mulai dari gejala, dampak, penanganan, pencegahan pada remaja. Penyimpangan informasi masyarakat juga dapat diperbaiki melalui informasi yang disediakan melalui *website*. Peletakkan informasi bantuan tidak terlalu di

perhatikan sehingga hal tersebut akan dipertimbangkan dalam perancangan konten. Tempat dan sarana untuk berbagi cerita yang bertujuan mendukung orang dengan gangguan serupa juga akan dirancang dengan lebih interaktif untuk terbuka terhadap permasalahannya.

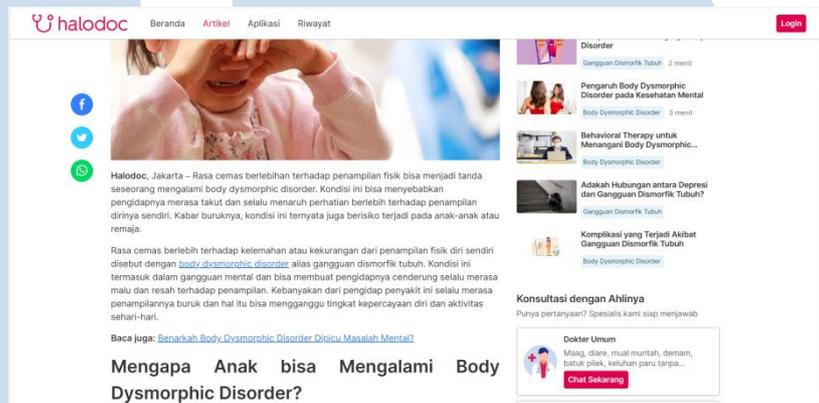
Tingkat ketertarikan responden pada media yang akan dirancang juga tergolong tinggi sehingga penggunaan elemen visual yang baik dapat ditingkatkan untuk menarik perhatian audiens. Perancangan menggunakan elemen visual ilustrasi dengan pendekatan *storytelling* dapat menjadi kelebihan pada media informasi yang akan dirancang. Media juga menggunakan interaktifitas dimana responden akan ikut terlibat dalam alur cerita agar mengetahui perspektif dari karakter dalam cerita. Media yang sering digunakan oleh responden adalah gawai sehingga hal ini menjadi pertimbangan untuk merancang media perancangan berbasis *mobile*. Dengan begitu, media informasi akan mudah diakses oleh target audiens. Untuk mendukung penyebaran informasi yang efektif, digunakan media sekunder berupa sosial media untuk mengarahkan audiens ke *website*.

3.1.3 Studi Eksisting

Penulis melakukan studi eksisting mengenai perancangan media informasi tentang *body dismorphic disorder* untuk memperoleh pengetahuan lebih dalam. Tujuan dari studi eksisting adalah agar memperoleh *insight* mengenai media informasi BDD yang telah ada sehingga dapat membantu proses perancangan yang dilakukan penulis. Penulis menganalisis perancangan dari *website* serupa, yaitu Halodoc dan *mind* dari Inggris serta media informasi cetak dengan buku *Understanding Body Dymorphic Disorder* oleh Dr. Katharine A. Phillips (2011).

1) Website Halodoc

Halodoc merupakan aplikasi dan *website* asal Indonesia yang bergerak di bidang kesehatan. Perusahaan aplikasi Halodoc, PT Media Dokter Investama didirikan oleh Jonathan dan Daddy Lukito pada tahun 2016 di Jakarta. Halodoc ingin menyediakan akses layanan kesehatan bagi bangsa bersama dengan mitra-mitra yang memiliki nilai yang sama.



Gambar 3.13 Laman website Halodoc mengenai body dysmorphic disorder
Sumber: <https://www.halodoc.com/kesehatan/body-dysmorphic-disorder>

Berkaitan dengan media informasi, Halodoc memiliki informasi yang lengkap mencakup definisi penyakit, penyebab, gejala atau pola perilaku, dampak, dan saran penanganan. Informasi yang dipaparkan oleh *website* halodoc bersifat efisien namun pengguna tidak dapat melihat testimoni terhadap artikel penyakit yang bersangkutan sehingga tidak mengetahui seseorang selain mereka yang memiliki gangguan serupa.

Konten informasi pada *website* disusun dengan sangat baik namun disajikan dengan visual yang kurang interaktif. Informasi dipaparkan secara umum sehingga penyerapan informasi terhadap sejumlah pihak tidak efektif. Hal ini cukup disayangkan karena konten yang disediakan dapat dikatakan cukup lengkap dan membantu. Selain itu, *website* merupakan media informasi yang efektif dan efisien untuk mendapatkan informasi yang esensial sehingga dengan kurangnya interaktifitas dan visual yang menarik dapat mengakibatkan kurangnya pengetahuan audiens mengenai *body dysmorphic disorder*.

Melalui media yang menjadi studi eksisting, dapat disimpulkan melalui analisis SWOT sebagai berikut.

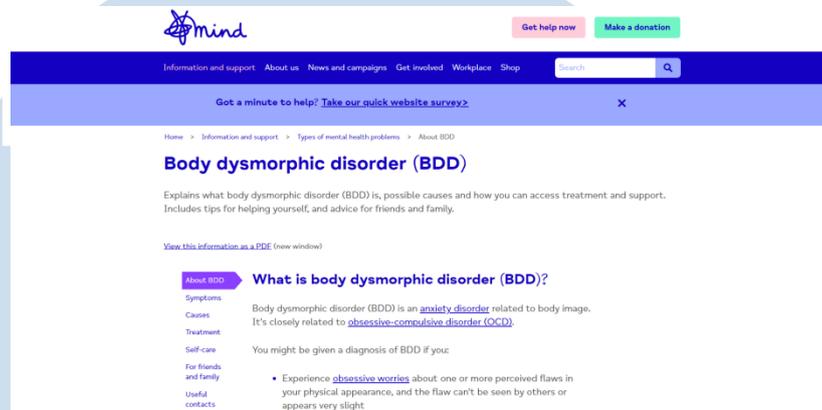
Tabel 3.1 SWOT *Website Halodoc*

SWOT	Keterangan
<i>Strengths</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dapat melakukan konsultasi sesuai dengan dokter yang ahli dibidangnya. 2. Dibentuk oleh organisasi ahli dalam kesehatan mental.
<i>Weakness</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informasi yang dipaparkan secara garis besar dan tidak ada pengimplementasiannya terhadap kehidupan sehari-hari. 2. Konten memiliki huruf yang kecil dan monoton. 3. Minim gambar dan visual terkait yang menggambarkan gangguan yang di bahas. 4. Tidak ada interaktifitas dalam penyajian konten informasi.
<i>Opportunity</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah media informasi mengenai BDD yang masih sedikit di Indonesia.
<i>Threats</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informasi yang terbatas sebab data dan penelitian yang masih berlanjut.

2) *Website Mind*

Mind adalah *website* yang berdiri untuk menegakkan keadilan dalam perawatan untuk individu dengan permasalahan kesehatan mental di Inggris dan Wales. *website* ini juga menghubungkan individu dan komunitas yang peduli membawa perubahan terhadap isu kesehatan mental. *Mind* menyediakan informasi yang terpercaya untuk menghimbau masyarakat mengerti kesehatan jiwa mereka. Selain itu,

situs *mind* membuka donasi untuk memastikan bahwa setiap individu yang mengalami gangguan mental tidak menghadapinya sendirian.



Gambar 3.14 Laman website Halodoc mengenai body dysmorphic disorder
 Sumber: <https://www.mind.org.uk/information-support/types-of-mental-health-problems/body-dysmorphic-disorder-bdd/about-bdd/>

Konten informasi yang disediakan oleh situs *mind* dipaparkan dengan sangat baik dengan visual yang menarik. Informasi yang dipaparkan mendetail dan dideskripsikan secara keseluruhan dari pengertian secara umum, gejala, pola perilaku, penyebab, penanganan, pengobatan, dan dukungan kepada individu yang mengalami gangguan mental. Laman mengarahkan pengguna pada buku, PDF, ataupun acara yang berhubungan dengan kesehatan mental.

Website ini dapat memberikan informasi namun tidak memberikan interaktifitas untuk mempromosikan pengetahuan kepada para audiens. Sebab keputusan terhadap penyerapan informasi sepenuhnya diserahkan kepada inisiatif audiens untuk membaca artikel. Selain itu, artikel hanya tersedia dalam bahasa Inggris sehingga menjadi faktor penghambat karena kendala bahasa.

Tabel 3.2 SWOT *Website Mind*

SWOT	Keterangan
	1. Terdapat fitur yang mengarahkan pengguna kepada buku, PDF, ataupun kegiatan kesehatan mental.

<i>Strengths</i>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Memaparkan kalimat dukungan kepada pengguna agar memberanikan diri untuk meminta pertolongan. 3. Dirancang oleh organisasi ahli dalam kesehatan mental.
<i>Weakness</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informasi yang dipaparkan secara garis besar dan tidak ada pengimplementasiannya terhadap kehidupan sehari-hari. 2. Minim gambar dan visual terkait yang menggambarkan gangguan yang di bahas.
<i>Opportunity</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesempatan mendapatkan target pasar yang belum dikhususkan.
<i>Threats</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kompetitor dengan media serupa yang sedang berkembang untuk bersaing.

3) *Understanding Body Dysmorphic Disorder*

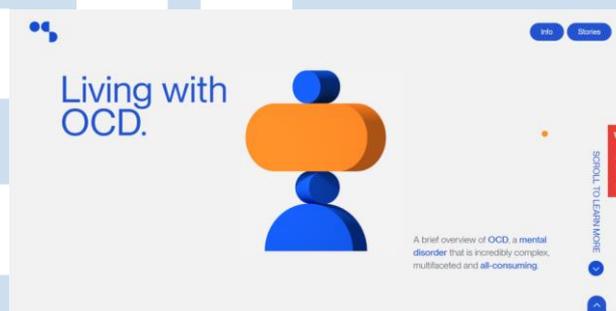
Buku Dr. Katharine A. Phillips (2009) menyampaikan informasi terkait panduan dalam memahami orang sekitar dengan gangguan *body dysmorphic disorder*. Dalam buku ini memuat penyebab, dampak, pola perilaku, hingga penanganan dari *body dysmorphic disorder*. Penyampaian informasi dalam buku disampaikan secara lugas melalui teks bacaan yang disisipkan cerita, perspektif, dan referensi kasus. Penggunaan kata dapat menjelaskan perspektif baru dan membuka sudut pandang baru terkait gangguan dibahas.

3.1.4 Studi Referensi

Studi ini dilakukan oleh penulis dengan tujuan sebagai arahan memahami alur penyampaian informasi serta pemanfaatan media yang tepat. Referensi yang diambil berupa elemen, interaktifitas, dan alur informasi. Penulis melakukan studi referensi terhadap *website Living with OCD*, *Website SBS*, dan *Website Pierrehermenicolasbuffe*.

1) Website Living with OCD

Living with OCD merupakan *website* interaktif yang dirancang sebagai media edukasi mandiri mengenai gangguan OCD. Situs ini bertujuan menjadi tempat yang aman bagi mereka yang mengidap gangguan ini membagikan ceritanya untuk mengurangi stigma negatif mengenai kesehatan mental dan menginsirasi penderita lainnya untuk mencari pertolongan.

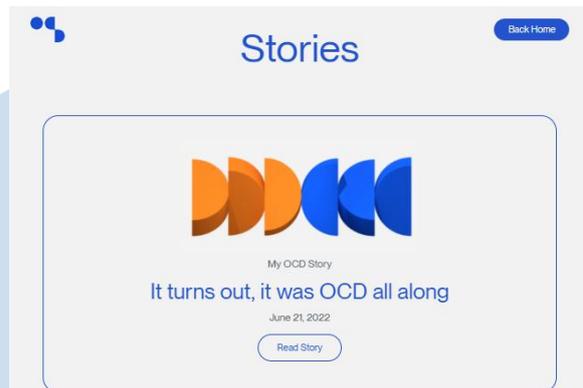


Gambar 3.15 Tampilan laman home website Living with OCD
Sumber: <https://www.livingwithocd.info/>

Website ini mengandung kapasitas konten yang sedikit namun informatif dan berkualitas mengenai OCD secara umum. Halaman awal pada *website* mendeskripsikan secara singkat mengenai OCD namun tidak menjelaskan jenis dan kategori OCD secara spesifik.

Pada laman pertama, informasi yang diberikan membutuhkan *scrolling* yang panjang hingga konten berakhir sehingga membutuhkan usaha lebih untuk melihat informasi yang berada di bagian bawah. Interaktif pada setiap bagian pada website dapat menarik dan memberikan perasaan puas bagi penderita OCD.

Dalam laman *stories*, website menawarkan cerita dari penderita lain untuk mendukung mereka yang mengalami gangguan serupa. Hal ini memberikan dukungan kepada mereka untuk mencari pertolongan dan keberanian dalam menangani gangguan tersebut. Visual yang digunakan memiliki warna dan susunan yang baik dan memberikan kenyamanan bagi pengguna OCD saat melihatnya.



Gambar 3.18 Tampilan laman *selfhelp website Living with OCD*
Sumber: <https://www.livingwithocd.info/>

Edukasi disampaikan dengan interaktifitas yang menarik melalui stimulasi visual. Metode ini membuat audiens lebih mudah memahami dan menyerap informasi dengan interaksi yang ada. Penggunaan elemen visual seperti tulisan yang besar memberikan empasis terhadap konten yang dibahas. Penggunaan microinteraction pada animasi teks dan transisi antar laman membuat *website* terlihat lebih hidup.

2) Website SBS

The boat merupakan *website* yang menceritakan mengenai pelarian diri seorang pahlawan dari perang Vietnam. Cerita yang digunakan, membawa pengguna merasakan pengalaman pelarian berbahaya dari sudut pandang tokoh utama cerita. Tujuan pembentukan *website storytelling* adalah sebagai sebuah media untuk menceritakan informasi dengan membangun sebuah dunia digital imersif yang melibatkan pengguna. Hal yang paling menarik dari *website* ini adalah penggunaan audionya.

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



Gambar 3.24 Tampilan laman cerita pada *website storytelling* The Boat
 Sumber: <https://www.sbs.com.au/theboat/>

Narasi cerita ditulis menggunakan bentuk dialog kotak dan terdapat beberapa narasi yang menggunakan penempatan yang menarik. *Website* memiliki interaktifitas *hover* dan *overlay* bila laman di *scrolling* seiring dengan berjalannya cerita. Visual yang digunakan memiliki animasi bergerak dan tekstur seperti cat kuas air yang didominasi warna hitam putih namun terdapat beberapa penekanan warna selain itu seperti warna kuning dan merah.



Gambar 3.21 Tampilan laman *Home* pada *website storytelling* The Boat
 Sumber: <https://www.sbs.com.au/theboat/>

Setelah sebuah situasi ditunjukkan, pengguna akan disuguhkan dengan interaktifitas yang membuat susunan visual disesuaikan dengan ombak. Pada beberapa kondisi, pengguna akan merasakan ketegangan cerita berkat penggunaan audio dan interaktif yang menarik pengguna untuk masuk melalui alur cerita yang menjelaskan isu yang dibahas.

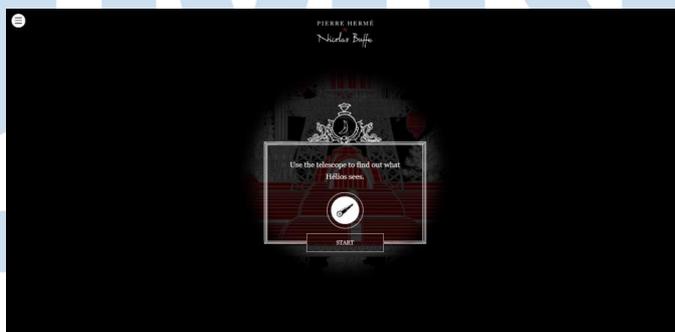
3) Website Pierrehermenicolasbuffe

Pierrehermenicolasbuffe merupakan *website* yang menceritakan mengenai dua kerajaan dan permasalahan karakter di dalamnya. Cerita yang dibawakan menggunakan sudut pandang orang ketiga sehingga cerita mudah dimengerti oleh audiens. Tujuan pembentukan *website* adalah sebagai media untuk menceritakan kisah dengan membawa audiens ke dunia fiksi dalam cerita.



Gambar 3.27 Visual cerita *Website storytelling* Pierrehermenicolasbuffe
Sumber: <http://pierrehermenicolasbuffe.com/en>

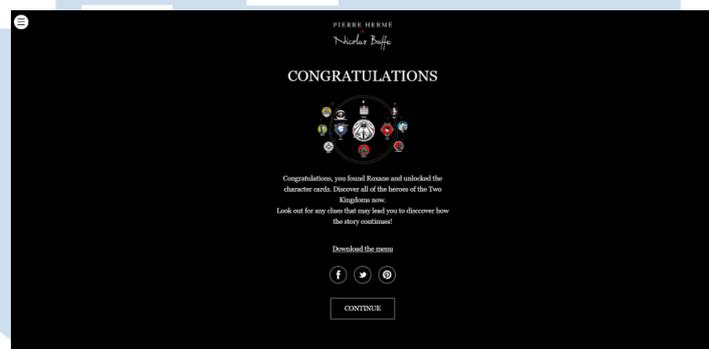
Visual yang digunakan dapat mendukung narasi selama audiens membaca cerita. Walaupun narasi cerita ditulis dengan bentuk dialog kotak dan terkesan monoton, visual dan interaktifitas *hover* membawa kebaruan. Elemen visual yang digunakan didominasi dengan warna yang monoton namun gaya gambar dan animasi yang digunakan dikombinasikan hingga menjadi visual yang menarik. Selain itu,



Gambar 3.30 Interaktifitas cerita *Website storytelling* Pierrehermenicolasbuffe
Sumber: <http://pierrehermenicolasbuffe.com/en>

terdapat penggunaan audio pada *website* mendukung untuk membangun suasana dalam cerita.

Setiap situasi membutuhkan interaksi audiens untuk melanjutkan cerita. Terdapat beberapa panggilan aksi pada cerita yang melibatkan audiens untuk berinteraksi dengan website seakan menempatkan audiens sebagai karakter. Dalam beberapa kondisi, setelah audiens menerima panggilan aksi, mereka akan melakukannya untuk melanjutkan cerita.



Gambar 3.33 Laman cerita *Website storytelling* Pierrehermenicolasbuffe
Sumber: <http://pierrehermenicolasbuffe.com/en>

Pada akhir cerita, audiens akan diberikan ucapan selamat karena telah mengenal karakter dan menemukan objek dalam cerita. Terdapat pesan yang dapat diambil dari cerita ini namun sayangnya dikarenakan cerita masih berlanjut dan belum di rilis, penulis hanya dapat menganalisis cerita *website* sampai disini. Melalui *website* ini, perhatian audiens ditarik melalui alur cerita yang menjelaskan situasi. Selain itu, pengguna juga dapat berinteraksi untuk mengetahui sudut pandang dari karakter dalam cerita.

4) Kesimpulan

Melalui wawancara dengan ahli dan orang yang mengalami gejala, disimpulkan bahwa *body dysmorphic disorder* adalah kondisi dimana seseorang merasa cemas berlebihan sebab merasakan atau membayangkan penampilan yang kurang ideal sehingga melakukan berbagai upaya untuk memuaskan diri. Gangguan ini dapat terjadi

akibat faktor genetik ataupun faktor eksternal seperti tekanan sosial ataupun sebab standar kecantikan dalam masyarakat umum.

Perilaku *body dysmorphic disorder* dapat dikurangi melalui terapi dan bantuan obat-obatan. Pengidap atau seseorang dengan gejala BDD disarankan untuk terbuka dengan orang terdekat serta menumbuhkan konsep berpikir positif untuk menghadapi gangguan tersebut. Seorang pengidap tidak dapat dikatakan sembuh total namun dapat kembali beraktifitas dalam kehidupan sehari-hari. Chirstine, M. Psi. berpendapat bahwa gangguan ini jarang diketahui oleh masyarakat. Para remaja juga dihibmabu untuk mengetahui informasi mengenai gejala, penyebab, dampak, serta penanganan ketika merasa memiliki gejala BDD ini.

Melalui studi referensi dapat disimpulkan bahwa informasi dapat disampaikan secara menarik bila dikombinasikan dengan konsep interaktif. Konten informasi dapat disampaikan menggunakan pendekatan *storytelling* untuk melibatkan pengguna menjadi bagian dari cerita. Elemen ilustrasi pada konten dan penempatan visual yang baik dapat menjadi pendukung dalam penyerapan informasi.

3.2 Metodologi Perancangan

Penulis menentukan solusi desain yang diperlukan oleh target audiens melalui metode yang akan digunakan. Perancangan menggunakan metode *Human Centered Design* (HCD) oleh IDEO (2015).

3.2.1 Human Centered Design

IDEO (2015) mengemukakan bahwa *Human Centered Design* didefinisikan proses perancangan yang berpusat pada manusia dan empati terhadap masalah sehingga dapat terciptanya solusi inovatif sesuai dengan kebutuhan di masyarakat. Berdasarkan kebutuhan edukasi dan penyaluran informasi terkait *body dysmorphic disorder*, penulis menggunakan metode

Human Centered Design (HCD) yang terdiri tiga tahapan yang mendukung solusi perancangan yang terpusat pada pemenuhan kebutuhan manusia.

3.2.1.1 Inspiration

Tahapan ini merupakan tahapan mencari inspirasi untuk mempelajari lebih dalam tentang masyarakat dan permasalahan dengan memuat proses riset sampai dengan mendefinisikan solusi dari permasalahan. Tahapan meliputi wawancara, penelitian sekunder, wawancara kepada ahli, dan menentukan target audiens. Perancangan ini dibuat dengan menggunakan 8 metode dari 19 metode yang ada diantaranya adalah sebagai berikut:

a. *Frame your design*

Menentukan arahan dan gambaran dari permasalahan yang diangkat dalam pemetaan solusi. Arahan harus mudah dipahami sehingga mendukung pemecahan masalah. Faktor-faktor yang dapat dipertimbangkan dalam tahapan ini adalah konteks, manfaat, serta solusi yang dapat diimplementasikan dan sesuai dengan tujuan.

b. *Define Your Audience*

Menentukan batasan target audiens yang dituju agar solusi dapat memberikan manfaat secara efisien. Setiap kelompok target audiens memiliki kebutuhan dan solusi yang berbeda sehingga pemilihan target audiens harus berada dilingkup yang kecil namun efektif.

c. *Recruiting Tools*

Menentukan alat pengumpulan data dengan mempertimbangkan informasi seperti apa yang ingin didapatkan. Data dapat berupa siapa yang menjadi narasumber, media dan bagaimana cara penyampaian informasi yang efektif dan informasi apa yang dibutuhkan. Hal ini membantu proses pengumpulan data.

d. *Secondary Research*

Mencari data dan melakukan riset berdasarkan sumber literatur seperti jurnal, buku, artikel, berita, dan media lain yang memaparkan permasalahan, solusi, dan proses perancangan yang menguatkan data.

e. *Interview*

Wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait permasalahan dengan target audiens dengan potensi *body dysmorphic disorder*. Wawancara bertujuan untuk mendapatkan *insight* terkait hal yang perlu diperhatikan dan kebutuhan target audiens terkait permasalahan *body dysmorphic disorder*.

f. *Expert Interview*

Wawancara bersama ahli dalam bidangnya membantu memahami informasi dan melihat gambaran fenomena secara keseluruhan dari sudut pandang ahli. Hal ini juga bertujuan agar membuka wawasan baru target audiens serta mendapatkan *insight* dan pengalaman yang tidak dapat diperoleh hanya dari sekedar membaca.

3.2.1.2 *Ideation*

Pada *ideation*, ide dan solusi yang tercipta diterapkan atau diaplikasikan berdasarkan data yang diperoleh dari proses pengolahan data yang diperoleh dari tahapan sebelumnya. Berlandaskan data hasil *inspiration* dihasilkan ide, peluang dalam menghasilkan desain, melakukan uji coba, dan mengembangkan solusi. Perancangan menggunakan 6 metode dari 25 metode yang tersebut.

a. *Create Framework*

Framework bertujuan untuk memvisualisasikan alur berdasarkan hasil pada tahapan *inspiration*. Hal ini membantu menentukan alur agar proses perancangan dapat dilakukan dengan efisien.

b. *Brainstorming*

Tahapan ini merupakan proses eksplorasi ide, konsep, media, dan visual yang akan digunakan berdasarkan data yang diperoleh. Hal ini diterapkan menggunakan *mind mapping*.

c. *Create a Concept*

Proses ini berupa perancangan konsep berdasarkan eksplorasi ide yang dipilih pada *brainstorming*. Pada tahapan ini, proses pembuatan konsep penggunaan elemen visual mulai terbentuk.

d. *Get Visual*

Tahapan ini merupakan eksplorasi berbagai visual yang disesuaikan dengan kebutuhan target audiens berdasarkan data yang diperoleh. Visual yang dieksplor mempertimbangkan kuantitas kebutuhan asset hingga penggunaannya pada media.

e. *Prototyping*

Pada tahapan ini, ide dan konsep serta perancangan elemen visual disatukan menciptakan sebuah *prototype* yang akan di uji coba oleh target audiens. Proses ini bertujuan menguji dan mengidentifikasi masalah pada desain sehingga dapat melakukan improvisasi.

f. *Get Feedback*

Umpan balik adalah refleksi dan renungan dari implementasi desain yang telah dirancang agar menjadi produk inovasi yang lebih baik. Hal ini dapat membantu meningkatkan kualitas akhir dari solusi perancangan.

3.2.1.3 *Implementation*

Melalui tahapan ini, solusi yang dibentuk diimplementasikan menjadi produk nyata dari permasalahan yang diangkat. Produk tersebut kemudian diuji kepada target dan memaksimalkan manfaatnya. Perancangan ini menggunakan 4 metode dari 14 metode.

a. *Define Success*

Tahapan ini, penulis menentukan target yang ingin dicapai setelah produk diberikan kepada target audiens. Hal ini bertujuan agar dapat menetapkan tingkat keberhasilan produk.

b. *Live Prototyping*

Tahapan ini melibatkan pengujian kepada target audiens sebagai *user* dalam skala besar. Pengujian ini bertujuan mengetahui apakah solusi yang dirancang mampu menyelesaikan permasalahan.

c. *Keep Getting Feedback*

Insight dan masukan yang diperoleh dari tahapan *live prototyping* kemudian akan didapat dari target audiens terkait solusi yang dihadirkan dalam penyelesaian masalah.

d. *Monitoring and Evaluate*

Tahapan ini merupakan tahapan proses yang dilakukan untuk mengimplementasi *feedback* sebagai refleksi yang didapat dari tahapan sebelumnya. Hal ini bertujuan untuk memaksimalkan produk yang dirancang.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA