

BAB III

METODOLOGI PERANCANGAN

3.1 Subjek Perancangan

Dalam perancangan *video game* mengenai *Emotional Sponge*, subjek perancangan yang dituju merupakan:

1) Demografis

- a. Jenis Kelamin : Pria dan Wanita
- b. Usia : 20–25 tahun

Menurut Arnett (2013), usia 20–25 tahun termasuk dalam *emerging adulthood*, yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa. Fase ini merupakan masa yang menggantung antara remaja dan dewasa, sehingga masih ditandai dengan mencari identitas diri yang sebenarnya. Dengan situasi tersebut, emosi yang dimiliki masih belum begitu stabil (h.31). Selain itu, menurut Badan Pusat Statistik (2025), jumlah angkatan kerja yang berusia 20–24 berjumlah 13.781.148 jiwa per Agustus 2024, sehingga sudah terdapat *emerging adulthood* yang bekerja dan rentan terkena *Emotional Sponge* akibat *Emotional Labor*. Hal ini dikarenakan, dirinya dituntut untuk menjadi profesional dalam bekerja, sehingga harus menekan emosi dirinya (Hochschild, 2003, h.206) dan hal tersebut sangat berbeda dengan sebelumnya yang masih bebas untuk mengekspresikan emosi kapan saja. Penekanan emosi tersebut dapat berujung pada runtuhnya pertahanan emosi seseorang, sehingga berakibat pada menyerap emosi milik lingkungan sekitarnya atau *Emotional Sponge* (Orloff, 2017, h.2).

- c. Pendidikan : SMA, S1
- d. SES : A

Berdasarkan Survei Biaya Hidup tahun 2022 yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik Indonesia, jumlah biaya hidup di DKI Jakarta mencapai Rp 14.488.110 per keluarga setiap bulannya. Hal ini menjadikan Jakarta sebagai kota dengan biaya hidup yang paling tinggi di Indonesia (Ernanto,

2024). Berdasarkan jumlah pengeluaran tersebut, dapat disimpulkan bahwa pekerja di Jakarta memiliki tingkatan ekonomi dalam kelas A. Hal ini dikarenakan, syarat dari kategori tingkatan A memiliki pengeluaran rumah tangga di atas Rp 6.000.000 setiap bulannya (Kementerian Komunikasi dan Informatika & Katadata Insight Center, 2021).

2) Geografis

Area DKI Jakarta

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana & Wardani (2023) terhadap pekerja di DKI Jakarta dengan sampel penelitian berusia 20-30 tahun sebanyak 267 responden, terdapat 68,6% mengalami stres sedang, 16% mengalami stres tinggi, dan 15,4% lainnya mengalami stres rendah. Penyebab dari stres tersebut adalah beban kerja dan tanggung jawab yang mengharuskannya untuk bersifat profesional (h.68).

3) Psikografis

- a. *Emerging adulthood* yang memiliki beban kerja yang tinggi.
- b. *Emerging adulthood* yang kesulitan mengelola emosi dengan baik.
- c. *Emerging adulthood* yang merasa sulit untuk meluapkan emosi dengan cara yang sehat.
- d. *Emerging adulthood* dengan kepedulian yang tinggi terhadap orang lain.

3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Dalam perancangan, penulis akan menggunakan metode perancangan *game* milik Schell (2020). Terdapat tiga langkah yang digunakan untuk merancang sebuah *game*. Berikut merupakan penjelasan dari setiap langkah yang digunakan.

3.2.1 Ideation

Tahap ini merupakan langkah untuk mencari inspirasi mengenai *game* yang akan dibuat. Dalam mencari inspirasi untuk ide, jangan hanya terbatas pada contoh media serupa dengan yang ingin dibuat saja, melainkan dapat melakukan eksplorasi dan referensi dari bidang atau tempat yang lain. Cara yang dapat dilakukan untuk menemukan inspirasi, yaitu menentukan

masalah yang akan diangkat terlebih dahulu dan setelahnya mulai melakukan *brainstorming* untuk menemukan ide (h.79).

3.2.2 Iteration

Tahap ini merupakan langkah untuk membuat *game*. Terdapat dua hal yang dilakukan dalam tahap ini, yaitu memilih ide yang telah dicari sebelumnya pada tahap *brainstorming* dan melakukan *prototyping*. Kelebihan dari tahap ini, yaitu dapat terus melakukan pengulangan dalam menentukan ide dan *prototyping*. Hal ini dilakukan supaya menghasilkan *game* yang sesuai dengan masalah, namun tetap memiliki kreativitas di dalamnya (h.99).

3.2.3 Playtesting

Tahap ini merupakan langkah untuk meminta pihak lain memainkan *game* yang telah dibuat. Tujuan dari melakukan *playtesting*, untuk mengetahui kesesuaian pengalaman bermain yang dihasilkan dalam *game* dengan target dan masalah yang dituju. Dengan begitu, desainer *game* dapat memahami mengenai bagian yang dianggap masih kurang, sehingga dapat memperbaikinya untuk ke depannya (h.480).

3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan

Dalam membuat perancangan, proses pengumpulan data akan menggunakan metode kualitatif. Alasan penggunaan metode kualitatif, dikarenakan metode tersebut banyak digunakan pada masalah atau fenomena dengan minim informasi, serta berkaitan dengan kehidupan sosial dan pemaknaan pribadi (Sugiyono, 2012, h.92). Hal ini sejalan dengan fenomena yang diangkat oleh penulis, karena *Emotional Sponge* merupakan fenomena yang digambarkan sebagai bentuk mekanis sebuah empati dengan melakukan cerminan terhadap emosi orang lain. Dengan cerminan emosi tersebut, maka perasaan orang lain akan menular pada *Emotional Sponge* dan akan merasakan hal yang sama (McCaffree's, 2020).

Untuk pengumpulan data, penulis menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, kuesioner, dan *focus group discussion*. Untuk wawancara, akan dilakukan dengan psikolog yang memiliki pengalaman dalam bidang *Emotional*

Sponge. Untuk kuesioner, disebarkan kepada target yang sesuai dengan perancangan. Untuk *focus group discussion* akan dilakukan kepada kelompok target yang kerap mengalami *Emotional Sponge* dengan target demografis yang berbeda-beda. Para peserta *focus group discussion* didapatkan dari responden kuesioner yang memenuhi kriteria. Untuk mencari referensi media dan desain, akan menggunakan studi eksisting dan referensi.

3.3.1 Wawancara

Menurut Esterberg (dalam Sugiyono, 2012), wawancara adalah pertemuan antara dua orang melakukan kegiatan tanya jawab mengenai topik tertentu untuk mendapatkan informasi dan ide (h.231). Dalam perancangan, wawancara akan dilakukan kepada narasumber yang memahami mengenai topik *Emotional Sponge*. Terdapat tiga tujuan yang ingin dicapai dalam wawancara, yaitu memastikan bahwa informasi yang ditemukan penulis telah sesuai, mendapatkan informasi tambahan mengenai *Emotional Sponge*, serta melihat contoh kasus *Emotional Sponge* yang pernah ditangani oleh psikolog.

Pertanyaan yang diajukan secara garis besar mengenai *Emotional Sponge*, seperti faktor penyebab, pengertian, ciri-ciri, dan contoh kasus. Akan tetapi pertanyaannya akan lebih berfokus pada teori dan fakta, dibandingkan contoh kasus personal narasumber. Berikut merupakan pertanyaan yang penulis ajukan kepada narasumber.

Tabel 3.1 Pertanyaan Wawancara

No	Pertanyaan
1	Boleh tolong perkenalkan nama, jabatan, serta spesifikasi bidang pekerjaan anda?
2	Menurut pandangan anda, fenomena <i>Emotional Sponge</i> ini seperti apa?
3	Bagaimana fenomena <i>Emotional Sponge</i> ini dapat terjadi?
4	Selain itu, apa yang biasanya penderita rasakan dalam dirinya ketika dirinya sedang <i>Emotional Sponge</i> ? Mungkin bisa diberi ilustrasi tahapannya seperti apa?
5	Kira-kira <i>Emotional Sponge</i> ini bisa terjadi karena faktor dan di saat apa?
6	Apakah terdapat ciri-ciri yang dapat dilihat secara langsung ketika seseorang tengah mengalami <i>Emotional Sponge</i> ?

No	Pertanyaan
7	Apakah terdapat tahapan yang dilalui sebelum mengalami <i>Emotional Sponge</i> , seperti <i>5 Stages of Grief</i> ?
8	Adakah hubungan <i>Emotional Sponge</i> dengan kematangan kecerdasan emosional seseorang?
9	<i>Emotional Sponge</i> biasanya lebih rentan dialami oleh orang dewasa atau remaja? Kira-kira apakah ada range umurnya?
10	(Berdasarkan jawaban psikolog) Mengapa umur tersebut lebih rentan mengalami <i>Emotional Sponge</i> ?
11	Sebenarnya apakah <i>Emotional Sponge</i> merupakan fenomena yang berbahaya? Mengapa?
12	Jika tidak ditangani secara tepat, dapat menimbulkan dampak apa bagi dirinya?
13	Berdasarkan informasi yang saya dapatkan sebelumnya, <i>Emotional Sponge</i> itu memiliki keterkaitan dengan gangguan psikologis <i>Highly Sensitive Person</i> (HSP) atau <i>Sensory Processing Sensitivity</i> (SPS). Kira-kira bisa tolong dijelaskan apakah hubungan antar keduanya?
14	Apakah seseorang dengan <i>Emotional Sponge</i> sudah pasti <i>Highly Sensitive Person</i> (HSP) atau <i>Sensory Processing Sensitivity</i> (SPS)?
15	Saya juga menemukan bahwa <i>Emotional Sponge</i> terjadi karena <i>Emotional Labor</i> apakah benar? Jika ya kira-kira bisa tolong dijelaskan hubungan antara keduanya?
16	Sebenarnya penyebab <i>Emotional Sponge</i> yang lebih banyak diderita orang karena apa ya?
17	Kira-kira apakah anda pernah mendapat penanganan kasus <i>Emotional Sponge</i> sebelumnya? Jika pernah, kira-kira apakah boleh tolong di ceritakan?
18	Bagaimana cara yang dapat dilakukan oleh penderita jika tengah mengalami <i>Emotional Sponge</i> ?
19	Bagaimana cara mencegah agar tidak mengalami <i>Emotional Sponge</i> ?
20	Apa yang orang lain dapat lakukan jika melihat orang di sekitarnya sedang mengalami <i>Emotional Sponge</i> ?

Setelah kegiatan wawancara selesai, narasumber akan diminta untuk menandatangani *consent form* sebagai bukti kesediaan sebagai narasumber. Untuk dokumentasi wawancara, dilakukan dengan mengambil foto dan merekam keseluruhan proses wawancara. Hasil dari rekaman wawancara akan diubah menjadi transkrip dan digunakan untuk proses perancangan.

3.3.2 Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan memberikan sekumpulan pertanyaan secara tertulis kepada target perancangan (Sugiyono, 2012, h.142). Dalam perancangan ini, pengumpulan data melalui kuesioner dilakukan secara daring dengan menggunakan Google Form dan disebar melalui media sosial. Mengenai jumlah responden, tidak ada ketentuan pasti jumlah yang harus didapatkan, namun kuesioner akan tetap disebar sampai mendapatkan hasil yang jenuh.

Fokus utama penyebaran kuesioner adalah pekerja yang mengalami *Emotional Sponge* dengan usia 20–25 tahun di Jakarta. Tujuan dari penggunaan kuesioner, untuk memastikan pengetahuan target mengenai fenomena *Emotional Sponge*, mengetahui kebiasaan target bila sedang merasa *Emotional Sponge*, dan mengetahui media yang biasa dipakai oleh target dalam mencari informasi yang akurat.

Pada bagian pertama, pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner mengenai demografis dari responden. Hal ini bertujuan untuk melihat data pribadi responden sebagai bentuk rekap data. Berikut merupakan pertanyaan yang penulis ajukan.

Tabel 3.2 Pertanyaan Demografis

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
1	Usia	Multiple Choice	18-19
			20-21
			22-23
			24-25
2	Jenis Kelamin	Multiple Choice	Laki-Laki
			Perempuan
3	Domisili Tempat Kerja	Multiple Choice	Jakarta Utara
			Jakarta Barat
			Jakarta Selatan
			Jakarta Timur
4	Status Kerja Anda	Multiple Choice	Jakarta Pusat
			Karyawan tetap
			Karyawan kontrak

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
			Magang
			Freelancer
			Others:...
5	Bidang Pekerjaan Anda	<i>Multiple Choice</i>	Tenaga Pengajar (Guru, Dosen, Guru Les, dan lainnya)
			Tenaga Medis (Dokter, Perawat, Psikolog, dan lainnya)
			Pelaku kreatif (Aktor, Penyanyi, Pelukis, Desainer, sutradara, dan lainnya)
			Bidang Pelayanan (Customer Service, Oce Boy/Girl, Waiters, porter, dan lainnya)
			Bidang Media Sosial (Sosmed specialist, content creator, influencer, dan lainnya)
			Bidang IT (Programmer, software developer, dan lainnya)
			Bidang Penjualan & Keuangan (Sales, marketing, accounting, dan lainnya)
			Others:...
6	Lama Bekerja	<i>Multiple Choice</i>	< 1 tahun
			2 - 5 tahun
			> 5 tahun
7	Pengeluaran Setiap Bulan	<i>Multiple Choice</i>	>Rp 5.000.001
			Rp 3.000.001 - Rp 5.000.000
			Rp 1.500.001 - Rp 3.000.000
			<Rp 1.500.000

Pada bagian kedua, pertanyaan berfokus pada pengetahuan responden mengenai *Emotional Sponge*. Jawaban dari bagian kuesioner ini haruslah bersifat murni pengetahuan masyarakat, sehingga terdapat himbauan untuk tidak melihat Google atau media pencari jawaban lainnya. Berikut merupakan pertanyaan yang diajukan.

Tabel 3.3 Pertanyaan Pengetahuan

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
1	Apakah sebelumnya pernah mendengar istilah <i>Emotional Sponge</i> ?	<i>Multiple Choice</i>	Ya
			Tidak
2	Dimana anda pernah mendengar istilah <i>Emotional Sponge</i> ?	<i>Check Box</i>	Buku/E-book Teman/Kelurga
			Media Sosial (Instagram, Youtube, Twitter/X, dan lainnya)
			Internet (portal berita, blog, dan lainnya)
			Webinar/Workshop/Perkuliahan
			Tidak pernah mendengar sebelumnya
			Others:...
13	Apa hal pertama yang terpikir di benak anda ketika mendengar kata <i>Emotional Sponge</i> ?	<i>Multiple Choice</i>	Berhubungan dengan kesehatan mental
			Berhubungan dengan kesehatan fisik
			Berhubungan dengan trend media sosial
			Judul film, buku, novel, dan lainnya
			Nama atau merk sebuah barang/makanan/toko/lainnya
			Others:...

Setelah melakukan tanya jawab, penulis memberikan penjelasan mengenai *Emotional Sponge* dan juga hubungannya dengan para pekerja secara singkat pada bagian ketiga. Masih pada bagian yang sama, terdapat pertanyaan kuesioner yang berfokus pada pengalaman *Emotional Sponge* responden setelah mendapatkan pengetahuan singkat mengenai fenomena tersebut dengan benar. Berikut merupakan pertanyaan yang diajukan.

Tabel 3.4 Pertanyaan mengenai *Emotional Sponge*

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
1	Pernahkah anda merasa menyerap emosi saat bekerja?	<i>Multiple Choice</i>	Ya
			Tidak
2			Ya

	Apakah anda sadar ketika diri anda sedang menyerap emosi tersebut?	<i>Multiple Choice</i>	Tidak
3	Pada saat apa anda merasa <i>Emotional Sponge</i> dalam dunia kerja?	<i>Check Box</i>	Ketika ditegur/dimarahi oleh rekan kerja Kelelahan akibat bekerja terlalu lama/lembur Mendengarkan rekan kerja dimarahi Mendengarkan curhatan dari rekan kerja Situasi lingkungan kantor yang sedang rumit Others:...
4	Apa yang akan kalian lakukan ketika sedang mengalami ledakan emosi akibat <i>Emotional Sponge</i> saat bekerja?	<i>Check Box</i>	Memendam perasaan agar tetap profesional Melupakan masalah sejenak dengan melakukan kegiatan lain di luar pekerjaan Meluapkan perasaan (marah, menangis, dan lainnya) di depan umum Meluapkan perasaan (marah, menangis, dan lainnya) di tempat yang tersembunyi Melakukan hal buruk (percobaan bunuh diri, menyakiti diri sendiri, dan lainnya) Others:...
5	Apa yang akan kalian lakukan ketika pulang bekerja setelah seharian memendam ledakan emosi akibat <i>Emotional Sponge</i> saat bekerja?	<i>Check Box</i>	Tetap memendamnya Melupakan masalah dengan melakukan kegiatan lain Meluapkan perasaan (marah, menangis, dan lainnya) Melakukan hal buruk (percobaan bunuh diri, menyakiti diri sendiri, dan lainnya) Menceritakan kepada orang lain Others:...
6	Berapa lama waktu yang dibutuhkan agar tangki emosi kalian	<i>Multiple Choice</i>	< 5 jam 5 - 12 jam > 12 jam

	kembali seperti semula setelah mengalami ledakan emosi?		
--	---	--	--

Masih dalam bagian ketiga, terdapat pertanyaan kuesioner yang harus dijawab dengan *linear scale*. Tujuan dari pengisian ini untuk mengetahui pengalaman responden mengenai *Emotional Sponge* melalui pengukuran diri. Bila terdapat responden memiliki nilai skala yang mendekati *Emotional Sponge* pada setiap pertanyaan pengukuran diri serta mengisi nomor telepon pada bagian akhir, maka akan menjadi kandidat untuk mengikuti *focus group discussion*. Berikut merupakan pertanyaan yang diajukan beserta dengan ketentuan nilai *linear scale*.

Tabel 3.5 Pertanyaan Pengukuran Diri

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
1	Saya selalu paham mengenai bentuk emosi yang saya rasakan (Seperti marah, kesal, dan lainnya)	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Paham) 2 3 (Netral) 4 5 (Paham)
2	Saya merasa memiliki empati yang tinggi dibandingkan orang lain	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Merasa) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
3	Saya merasa dapat mengukur batasan emosi saya dengan baik	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Merasa) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
4	Saya merasa dapat mengelola emosi dengan baik	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Merasa) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
5	Saya selalu memendam perasaan saya apapun yang terjadi	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
			5 (Selalu)
6	Saya merasa nyaman untuk tidak menceritakan apapun kepada orang lain	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Nyaman) 2 3 (Netral) 4 5 (Nyaman)
7	Saya sering mengalami ledakan emosi ketika sedang menyendiri	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Sering)
8	Saya sering mengalami ledakan emosi akibat <i>Emotional Sponge</i>	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Sering)
9	Saya sadar ketika sedang menyerap emosi rekan kerja	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Sadar) 2 3 (Netral) 4 5 (Sadar)
10	Saya selalu merasakan perasaan negatif ketika terdapat rekan kerja yang menegur saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Selalu)
11	Saya selalu bisa menerapkan batasan dengan rekan kerja saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Selalu)
12	Saya merasa menjadi seseorang yang <i>people pleaser</i>	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Merasa) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
13	Saya merasa <i>inferior</i> dibandingkan dengan rekan kerja	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Merasa) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
14	Saya selalu menjadi tempat curhat bagi rekan kerja saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Selalu) 2 3 (Netral) 4 5 (Selalu)
15	Saya selalu merasakan perasaan negatif ketika rekan kerja selesai curhat kepada saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Selalu)
16	Saya peka ketika rekan kerja saya sedang merasakan perasaan negatif	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak Peka) 2 3 (Netral) 4 5 (Peka)
17	Saya ikut merasakan perasaan negatif ketika rekan kerja sedang merasakan perasaan negatif	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Ikut)
18	Saya selalu ingin membantu rekan kerja saya ketika sedang mengalami kesulitan dalam bentuk apapun	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Selalu)
19	Saya akan merasa sangat sedih jika ternyata tidak dapat membantu rekan kerja saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
20	Saya akan merasa sangat marah pada diri sendiri jika ternyata tidak dapat membantu rekan kerja saya	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Merasa)
21	Saya nyaman berada di lingkungan kerja yang penuh dengan perasaan negatif	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Nyaman)

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
22	Saya mudah terpengaruhi perasaan negatif dari lingkungan kerja	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Mudah)
23	Saya tau mengenai langkah yang harus saya lakukan ketika sedang mengalami ledakan emosi akibat <i>Emotional Sponge</i> saat bekerja	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Tau)
24	Saya melakukan langkah yang harus saya lakukan ketika sedang mengalami ledakan emosi akibat <i>Emotional Sponge</i> saat bekerja	<i>Linear Scale</i>	1 (Tidak) 2 3 (Netral) 4 5 (Melakukan)

Pada bagian terakhir, pertanyaan kuesioner berfokus pada bentuk media yang dianggap dapat memberikan informasi secara terpercaya oleh responden. Selain itu, terdapat pengisian nomor telepon bagi responden yang tertarik dalam mengikuti *focus group discussion*. Berikut merupakan pertanyaan yang diajukan.

Tabel 3.6 Pertanyaan Media

No.	Pertanyaan	Bentuk Jawaban	Pilihan Jawaban
1	Apakah anda kesulitan mencari informasi mengenai <i>Emotional Sponge</i> yang terpercaya?	<i>Multiple Choice</i>	Ya
			Tidak
2	Media apa yang biasa digunakan untuk mencari informasi secara terpercaya?	<i>Check Box</i>	Buku/E-book
			Media Sosial (Instagram, Youtube, Twitter, dan lainnya)
			Broadcast chat
			Radio
			Koran/majalah
			Others:...

3	Menurut anda, apakah media interaktif bisa dijadikan sebagai media informasi secara akurat?	<i>Multiple Choice</i>	Ya
			Tidak
4	Media interaktif apa yang biasa anda gunakan untuk mencari informasi secara akurat?	<i>Check Box</i>	Games
			Website
			Aplikasi
			Komik Interaktif
			Buku aktivitas
			Others:...
5	Berapa lama durasi yang anda habiskan dalam menggunakan media tersebut?	<i>Multiple Choice</i>	0 - 1 jam
			2 - 3 jam
			4 - 8 jam
			9 - 12 jam
			24 jam
			Others:...
6	Pertimbangan apa yang anda pikirkan dalam memilih penggunaan media interaktif untuk mencari informasi?	<i>Check Box</i>	Informasi lebih mudah dipahami
			Menyenangkan
			Tidak membosankan
			Pembaca menjadi lebih aktif
			Efisien waktu
			Terdapat gambar, animasi, musik, dan visualisasi terhadap informasi
7	Apakah anda bersedia dikontak untuk keperluan <i>Focus Group Discussion</i> ? Jika ya, maka dapat mengisi nomor telepon yang dapat dihubungi. Terima Kasih	Short Answer	Other:...

Hasil dari kuesioner akan di dokumentasikan dalam bentuk tabel atau grafik data dalam laporan. Selain itu, akan dipilih enam responden dari beberapa kandidat yang sesuai dengan kriteria untuk di undang menjadi peserta *focus group discussion*. Sifat dari pemilihan responden ini tidak akan memaksa, sehingga bila terdapat responden yang tidak bersedia atau memiliki halangan untuk melakukan *focus group discussion*, maka dipilih responden lainnya dari daftar kandidat yang telah dibuat.

3.3.3 Focus Group Discussion

Focus Group Discussion (FGD) merupakan teknik pengumpulan data dengan melakukan diskusi mengenai suatu topik yang ingin dibahas secara mendalam dalam sebuah kelompok kecil (Sugarda, 2020, h.3). Jumlah peserta *focus group discussion* sekitar 7–10 orang, namun bisa juga dilakukan dalam kelompok yang lebih kecil, yaitu 4–6 orang. Peserta *focus group discussion* haruslah terdapat beberapa kriteria yang homogen, seperti dalam segi demografis atau perilaku peserta (h.4).

Pemilihan narasumber *focus group discussion* dalam perancangan akan dipilih berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang memiliki kecenderungan tinggi mengalami *Emotional Sponge* untuk mendapatkan homogenitas. Sementara itu, untuk mendapatkan jawaban yang beragam, maka akan terdapat keberagaman peserta dari sisi umur, jenis kelamin, dan pekerjaan. Tujuan dari pelaksanaan *focus group discussion* untuk mendapatkan penjelasan mengenai hasil dari kuesioner serta pengalaman *Emotional Sponge* dari sisi narasumber. Berikut merupakan pertanyaan yang diajukan.

Tabel 3.7 Pertanyaan *Focus Group Discussion*

No	Pertanyaan
1	Boleh tolong perkenalkan nama, usia, tempat bekerja, dan <i>range</i> pengeluaran dalam satu bulan?
Menonton video (https://youtu.be/9eYV9d6b0ec?si=LqajEZSBNFLRFduZ)	
2	Dari video ini, apakah yang bisa kalian tangkap?
Penjelasan <i>Emotional Sponge</i> dan hubungannya dengan <i>Emotional Labor</i>	
3	Jika dari pekerjaan anda sekalian masing-masing, biasanya akan merasa <i>Emotional Sponge</i> pada saat apa?
4	Terdapat 3 lapisan emosi. Sebagai seseorang yang <i>Emotional Sponge</i> , anda sekalian dapat membedakan emosi sampai lapisan mana? (Menunjukkan gambar <i>Wheel of Emotion</i>)
5	Saat rekan kerja, baik atasan maupun teman memarahi anda sekalian, apakah dapat mendefinisi perasaan yang di alami saat itu?
6	Apakah anda sekalian dapat mengukur batasan emosi yang dimiliki? Apakah terdapat tanda-tanda tertentu jika diperkirakan sudah mau penuh atau meledak?
7	Jika mengalami ledakan emosi, apakah anda sekalian mengerti perasaan yang sedang rasakan atau cuman merasa ingin meledak saja?

No	Pertanyaan
8	Menurut anda sekalian, penyebab diri anda menjadi <i>Emotional Sponge</i> disebabkan karena apa? Apakah dikarenakan didikan orang tua, keadaan yang memaksa, atau terdapat hal lain?
9	Apakah anda sekalian sadar jika menjadi <i>Emotional Sponge</i> merupakan sesuatu yang buruk? Jika iya, faktor apa yang membuat kalian terus mengulang hal yang sama?
10	Di luar pekerjaan, apakah anda sekalian juga kerap merasa menyerap emosi milik orang lain? Biasanya pada saat apakah penyerapan emosi tersebut terjadi?
11	Sejauh ini, apa yang sudah anda sekalian lakukan untuk mengatasi <i>Emotional Sponge</i> , baik dalam ranah bekerja maupun pribadi?
12	Menurut anda sekalian, jika topik ini akan dijadikan sebuah media informasi, apakah lebih nyaman menggunakan <i>storytelling</i> atau pemberian informasi secara langsung?
13	Menurut anda sekalian, apakah <i>game</i> bisa dijadikan media informasi yang baik untuk topik ini?

Setelah kegiatan *focus group discussion* selesai, narasumber diminta untuk menandatangani *consent form* sebagai bukti kesediaan sebagai narasumber. Untuk dokumentasi *focus group discussion*, dilakukan dengan mengambil foto dan merekam keseluruhan proses. Hasil dari rekaman suara akan diubah menjadi transkrip dan digunakan untuk proses perancangan.

3.3.4 Studi Eksisting

Studi eksisting merupakan pengumpulan data dengan mempelajari produk yang sudah ada sebelumnya dan harus serupa. Tujuan dari melakukan studi eksisting untuk memahami sebuah produk, baik secara nilai ataupun tujuan pembuatan, sehingga nantinya dapat dijadikan referensi pada produk yang akan dirancang (Rianingtyas & Wardani, 2018, h.120). Dalam perancangan ini, studi eksisting yang dipilih adalah *game* yang memiliki beberapa kedekatan dengan konsep *Emotional Sponge*.

3.3.5 Studi Referensi

Studi referensi merupakan pengumpulan data dengan mempelajari produk yang sudah ada sebelumnya. Dalam studi referensi, topik yang dibahas tidak perlu sama, namun bentuk produk yang dihasilkan haruslah sama. Dalam

perancangan ini, tujuan dari studi referensi untuk mencari inspirasi pada *game* yang akan dirancang, baik secara tampilan desain, mekanisme permainan, serta cara pembawaan konten dalam *game*.

