

## BAB III

### METODOLOGI PERANCANGAN

#### 3.1 Subjek Perancangan

Berikut merupakan subjek perancangan pada media informasi berupa *board game* mengenai pencegahan nomofobia di Jakarta Timur:

##### A. Demografis

1. Jenis kelamin: Laki-laki dan perempuan
2. Usia: 15-18 tahun

Rentang usia 15-18 tahun yang termasuk dalam kategori remaja ini berada dalam fase perkembangan yang sangat dipengaruhi oleh teknologi dan cenderung mulai menghadapi tekanan akademik, sosial, dan emosional yang lebih kompleks. Dampak buruk ketergantungan *smartphone* memengaruhi kehidupan akademis dan hubungan sosial, karena remaja tersebut lebih terfokus pada *smartphone* daripada berinteraksi langsung dengan orang lain (Syazaid dkk., 2022, h. 61). Oleh karena itu, edukasi pada remaja mengenai pencegahan nomofobia sangat diperlukan untuk mencegah dampak negatif jangka panjang.

3. Pendidikan: SMA dan jenjang awal perkuliahan
4. Status ekonomi: SES B

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Jakarta Timur tahun 2024, rata-rata pengeluaran per kapita sebesar Rp697.472/bulan menunjukkan bahwa mayoritas penduduk Jakarta Timur berada dalam SES B dan C. Selain itu, menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dan BPS, penggunaan *smartphone* di wilayah Jakarta cenderung lebih tinggi di kelompok ekonomi menengah dan atas. Secara spesifik, kelompok ekonomi SES B dan A lebih sering mengakses internet. Oleh karena itu, perancangan ini merujuk pada SES B karena kelompok tersebut termasuk dalam mayoritas penduduk Jakarta Timur dan mereka memiliki akses lebih baik terhadap

*smartphone* dan internet, sehingga lebih rentan terhadap perilaku nomofobia akibat tingkat penggunaan *smartphone* yang tinggi.

#### B. Geografis

Kota: Jakarta Timur (primer), DKI Jakarta (sekunder)

Jakarta Timur dipilih sebagai kota target primer perancangan *board game* pencegahan nomofobia digunakan data penelitian yang menunjukkan tingkat nomofobia yang signifikan di wilayah tersebut. Tingginya tingkat perilaku nomofobia pada remaja di Jakarta Timur mencerminkan kebutuhan yang mendesak akan solusi yang efektif untuk membantu mereka mengurangi ketergantungan terhadap *smartphone*. Lalu, dipilih DKI Jakarta sebagai kota target sekunder karena lokasi strategisnya sebagai ibu kota negara dengan jangkauan yang luas serta memiliki populasi remaja yang tinggi, yaitu kelompok usia yang rentan terhadap perilaku nomofobia.

#### C. Psikografis

1. Remaja yang cenderung menghabiskan waktunya di dunia maya, baik untuk interaksi sosial, bermain *game*, maupun mengonsumsi konten.
2. Remaja yang ketergantungan dan merasa cemas atau gelisah ketika tidak memiliki akses pada *smartphone* atau internet.
3. Remaja yang senang menggunakan *smartphone* sebagai sumber utama hiburan dan pelarian dari stres atau kebosanan.
4. Remaja yang menunjukkan kepribadian lebih terbuka dan berani di dunia maya.

### 3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Metode perancangan yang digunakan dalam perancangan *board game* mengenai pencegahan nomofobia di Jakarta Timur ini adalah menggunakan *How To Learn Board Game Design and Development* oleh David Silverman (2013). Metode tersebut merupakan sebuah pendekatan yang sistematis dalam perancangan dan pengembangan *board game*, dengan tujuan untuk menciptakan permainan yang tidak hanya menarik secara visual tetapi juga efektif sebagai strategi pencegahan nomofobia. Metode tersebut mencakup tahap *Idea*, *Content Development*,

*Prototype*, dan *Playtest*. Tahap *Idea* mencakup pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui informasi mendalam mengenai nomofobia, memahami target audiens beserta dengan kebutuhannya, dan pengumpulan pemahaman mengenai bagaimana cara merancang *board game* edukatif yang efektif. Hasil data yang dikumpulkan kemudian dirumuskan menjadi ide perancangan *board game*. Tahap ini juga berfokus dalam mengeksplorasi tema keseluruhan permainan dan konsep visual *board game* dengan didasari dari hasil pengumpulan data. Lalu, tahap *Content Development* yaitu tahap dimana penulis memasuki proses visualisasi dari ide yang telah dikembangkan dari tahap sebelumnya. Proses ini meliputi eksplorasi dan percobaan mekanisme dari *board game*, pembuatan sketsa dari desain visual *board game*, serta penentuan elemen-elemen permainan yang dibutuhkan. Lalu, tahap *Prototype* merupakan tahap dimana proses desain visual dari berbagai komponen *board game* tersebut mulai difinalisasikan. Lalu, tahap *Playtest* merupakan tahap dalam pengembangan *board game* yang memungkinkan desainer untuk melakukan pengujian dan perbaikan berkelanjutan hingga hasilnya memuaskan pengguna, serta mengamati penerapan mekanisme permainan secara langsung untuk mengevaluasi interaksi pemain dengan permainan. Selain itu, tahap ini berperan dalam mengukur tingkat keterlibatan dan kesenangan pemain, sehingga membantu dalam mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu diperbaiki untuk meningkatkan pengalaman bermain.

Metode penelitian yang dilakukan mencakup kombinasi pendekatan kualitatif dan kuantitatif, sehingga memungkinkan analisis mendalam terhadap perspektif dan pengalaman pengguna. Menurut Nassaji (2020), metode kualitatif adalah penelitian data non-numerik yang bersifat interpretatif dan lebih menekankan pada proses dan perkembangan daripada hasil akhir. Walaupun memiliki sifat naturalistik dan interpretatif, metode kualitatif tetap terstruktur dan melibatkan proses yang cermat dalam mengidentifikasi masalah, mengumpulkan, menganalisis, menjelaskan, mengevaluasi, dan menginterpretasikan data (h. 427). Teknik pengumpulan data yang dilakukan meliputi wawancara, kuesioner, *Focus Group Discussion (FGD)*, studi eksisting, dan studi referensi. Proses pengumpulan

data dilakukan melalui *random sampling* untuk memastikan relevansi dan kedalaman informasi yang diperoleh.

### 3.2.1 *Idea*

Fokus utama dari tahap *Idea* adalah untuk memahami lebih dalam tentang *board game* yang akan dirancang melalui hasil temuan dan wawasan yang diperoleh dari pengumpulan data terkait pencegahan nomofobia pada remaja di Jakarta Timur. Penulis akan mengumpulkan data dan wawasan melalui wawancara, kuesioner, dan *Focus Group Discussion (FGD)*. Pengumpulan data pada tahap ini berfokus pada target audiens perancangan, yaitu remaja usia 15-18 tahun di Jakarta Timur yang memiliki kecenderungan perilaku nomofobia. Tujuan pengumpulan data tersebut adalah untuk memahami perilaku kecenderungan nomofobia pada remaja, mengidentifikasi faktor penyebab ketergantungan pada *smartphone*, mengetahui tingkat kesadaran remaja mengenai nomofobia, dan bagaimana strategi pencegahan nomofobia yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan target audiens. Penulis juga akan memanfaatkan studi eksisting dan studi referensi sebagai acuan dalam pengembangan desain visual pada perancangan *board game*. Studi eksisting memberikan wawasan tentang konten dan permainan *board game* yang sudah ada, sehingga dapat menghindari kekurangan serta menciptakan solusi yang lebih baik. Sementara itu, studi referensi berfungsi sebagai referensi dan inspirasi untuk mengembangkan konsep visual yang unik dan relevan, dengan mempertimbangkan preferensi pengguna serta tren desain pada kalangan remaja. Berdasarkan hasil temuan pengumpulan data yang diperoleh, penulis akan mengembangkan ide perancangan *board game*. Hal tersebut bermanfaat dalam memastikan perancangan *board game* didasarkan pada praktik terbaik dan telah terbukti efektif.

Tahap ini dilanjutkan dengan penentuan tema atau konsep yang sesuai dan mampu membangun mekanisme permainan disekitarnya. Hal ini diawali dengan penyusunan *mind map* yang berfungsi sebagai alat visual untuk mengidentifikasi ide dan konsep yang berkaitan dengan nomofobia. *Mind map* ini juga akan membantu penulis merumuskan strategi kreatif dan efektif dalam

pengecahan nomofobia. Dalam proses ini, pemilihan kata kunci yang tepat diharapkan dapat menghasilkan berbagai ide, sehingga penulis dapat mengeksplorasi tema-tema yang sesuai dengan fokus penelitian, yaitu nomofobia, dan selera remaja. Proses tersebut dilanjutkan dengan penentuan *big idea* untuk merangkum pesan utama yang ingin disampaikan dan menjadi panduan dalam merancang *board game* mengenai pencegahan nomofobia. Setelah itu, penulis akan membuat *moodboard* visual yang mencakup elemen *board game* dan elemen desain seperti palet warna, gambar, dan tipografi yang bertujuan memberikan gambaran visual yang konsisten dan mencerminkan *big idea*. Dengan *moodboard*, penulis dapat mengeksplorasi berbagai kombinasi permainan dengan desain untuk memastikan tampilan dan konsep *board game* menarik perhatian target audiens. Setelah terbentuknya konsep, penulis mampu menentukan judul dari *board game* mengenai pencegahan nomofobia yang dirancang. Langkah ini bertujuan untuk menemukan tema desain dan potensi inovasi dalam perancangan *board game*. Dengan tema dan konsep yang jelas, penulis dapat menentukan jenis permainan, mekanisme, dan visualisasi yang akan dikembangkan dengan lebih mudah.

### **3.2.2 Content Development**

Pada tahap *Content Development*, penulis melakukan pengembangan konten dalam proses perancangan. Hal ini dilakukan setelah memperoleh ide yang mendalam mengenai *board game* yang akan dirancang. Pada tahap ini, penulis akan menyusun mekanisme dan aturan permainan yang akan diintegrasikan, dan membuat sketsa desain dari komponen *board game*.

Selanjutnya, tahap ini juga membantu dalam merumuskan cara interaksi antar pemain, sehingga menciptakan pengalaman bermain yang lebih terarah, menarik, dan sesuai dengan tema pencegahan nomofobia. Penulis melakukan eksplorasi kategori ide yang mencakup konten, alat interaktif, serta menjabarkan elemen formal dan dramatis dalam *board game*. Tahap ini lalu dilanjutkan dengan pengaturan interaksi *board game*, dimana penulis juga akan melakukan pengujian dari interaksi pemain potensial yang telah ditentukan. Penulis memastikan setiap jenis interaksi pada elemen *board game* memiliki

fungsi penyampaian informasi yang baik, mampu menjaga keseimbangan permainan, dan sesuai dengan tema pencegahan nomofobia. Tahapan ini kemudian dikembangkan ke proses visualisasi, yang dilakukan dari sketsa, pewarnaan dasar (*base color*), dan proses *rendering*.

### **3.2.3 Desain dan Membangun *Prototype***

Pada tahap ini, penulis akan melakukan proses desain *board game* dan membangun *prototype* awal dari *board game* yang telah dirancang ada tahap-tahap sebelumnya. Tahap *Prototype* dilakukan dengan memfinalisasikan desain pada komponen-komponen yang terkait dalam perancangan *board game* seperti papan permainan, kartu, token, dan elemen visual lainnya. Penulis juga akan memasukkan informasi terkait perilaku, dampak, dan pencegahan nomofobia ke dalam komponen *board game*, dimana pemain akan memahami informasi didalamnya. Proses menciptakan desain final ini berguna untuk memastikan bahwa elemen-elemen visual, mekanisme permainan, dan aturan-aturan yang telah dikembangkan dapat berfungsi secara harmonis dan efektif.

### **3.2.4 *Playtesting***

Pada tahap *Playtesting*, penulis akan melakukan validasi *prototype board game* yang telah dikembangkan melalui dua tahap, yaitu *alpha testing* dan *beta testing*. Pada tahap *alpha testing*, *prototype* akan diuji secara internal untuk mengidentifikasi kesalahan dalam mekanisme permainan atau masalah fungsional lainnya. Penulis akan mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu diperbaiki atau dioptimalkan melalui kritik dan saran yang didapatkan. Masukan tersebut akan diperbaiki atau ditingkatkan untuk memastikan agar tujuan utama dapat tersampaikan dengan baik, yaitu memberikan pengalaman bermain yang tidak hanya menarik tetapi juga membangun interaksi dan kolaborasi pada remaja. Perbaikan yang telah diselesaikan berdasarkan umpan balik dari alpha test akan dilanjutkan ke tahap *beta testing*.

Pada tahap *beta testing*, *board game* akan diuji oleh pemain yang sesuai dengan target audiens perancangan, yaitu remaja usia 15-18 tahun di Jakarta Timur yang memiliki kecenderungan nomofobia. Pada tahap ini, pemain diundang untuk memainkan *board game* dan memberikan masukan dan

kesan terhadap pengalaman bermain mereka. Penulis akan mengamati interaksi pemain, mendengarkan pendapat mereka tentang mekanisme permainan, interaksi pemain, dan tema yang diangkat, serta menilai seberapa efektif *board game* dalam strategi pencegahan nomofobia. Hasil dari *beta testing* akan digunakan sebagai analisis kepuasan target audiens dan keefektifan solusi dari *board game* yang telah dirancang. Analisis juga dilakukan untuk mengetahui bahwa permainan tidak hanya menyenangkan dan menarik, tetapi juga intuitif dan mudah dipahami oleh pemain. Dengan demikian, diharapkan *board game* yang dihasilkan dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja mengenai pencegahan nomofobia, serta memberikan pengalaman bermain yang menyenangkan dan edukatif.

### **3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini melibatkan wawancara, kuesioner, *Focus Group Discussion (FGD)*, studi eksisting, dan studi referensi untuk memahami fenomena nomofobia, gejala nomofobia, dampak nomofobia, bagaimana pencegahan nomofobia pada remaja, dan bagaimana perancangan *board game* mengenai pencegahan nomofobia yang efektif. Nomofobia adalah perilaku kecenderungan seseorang yang mengalami ketakutan, ketidaknyamanan, atau kecemasan berlebihan ketika tidak dapat menggunakan atau jauh dari *smartphone* (Khakim dkk., 2023, h. 39). Tujuan utama teknik pengumpulan data ini adalah untuk mendapatkan wawasan mengenai strategi pencegahan nomofobia untuk kalangan remaja di daerah Jakarta Timur, sehingga *board game* yang dirancang dapat lebih tepat sasaran dan efektif.

#### **3.3.1 Wawancara**

Penulis melakukan wawancara mendalam sebagai salah satu metode pengumpulan data primer dengan psikolog dan ahli perancangan *board game*.

##### **A. Wawancara dengan Psikolog**

Wawancara dilakukan dengan psikolog untuk mendapatkan wawasan mendalam mengenai fenomena nomofobia pada remaja di Jakarta Timur dan sekitarnya, faktor penyebab perilaku nomofobia,

dampaknya terhadap perkembangan remaja, dan bagaimana strategi pencegahan nomofobia yang efektif. Melalui wawancara ini, penulis dapat menggali pengetahuan dan pengalaman psikolog terkait kasus nomofobia pada remaja, dan mengetahui cara pencegahan perilaku nomofobia untuk menghindari dampak nomofobia pada remaja. Informasi yang diperoleh dari wawancara tersebut akan sangat berguna dalam perancangan *board game* yang sesuai dengan kebutuhan remaja dengan kecenderungan nomofobia. Pertanyaan wawancara yang diberikan kepada psikolog adalah sebagai berikut.

- a. Bagaimana Dokter mendefinisikan nomofobia, dan apa saja gejala utamanya yang bisa diidentifikasi pada remaja?
- b. Seberapa umumkah nomofobia ditemukan di kalangan remaja, khususnya di daerah perkotaan seperti Jakarta Timur?
- c. Bagaimana pengalaman Dokter dalam menangani kasus-kasus ketergantungan *smartphone* pada remaja?
- d. Apa dampak jangka panjang dari ketergantungan *smartphone* atau kecenderungan nomofobia pada kesehatan mental dan emosional remaja?
- e. Selain dampak psikologis, apa saja dampak fisik yang dapat ditimbulkan oleh nomofobia pada remaja?
- f. Bagaimana nomofobia mempengaruhi hubungan sosial dan kemampuan komunikasi langsung remaja dengan orang lain?
- g. Menurut Dokter, apa faktor-faktor utama yang menyebabkan meningkatnya kasus nomofobia di kalangan remaja?
- h. Bagaimana cara terbaik untuk membantu remaja yang sudah menunjukkan tanda-tanda nomofobia?
- i. Apakah ada teknik atau pendekatan khusus yang efektif dalam mencegah nomofobia pada remaja?

- j. Informasi apa saja yang sebaiknya disertakan dalam media informasi untuk mencegah nomofobia, dan bagaimana cara terbaik menyampaikannya kepada remaja?

## **B. Wawancara dengan Desainer *Board Game***

Wawancara mendalam dilakukan dengan seorang desainer *board game* untuk mendapatkan wawasan mengenai bagaimana perancangan *board game* yang menyenangkan dan juga mampu menyampaikan informasi mengenai pencegahan nomofobia untuk remaja dengan baik. Wawancara ini bertujuan untuk mengidentifikasi tahapan dalam merancang *board game*, elemen visual yang dapat meningkatkan daya tarik *board game*, dan cara meningkatkan pengalaman maupun keterlibatan pemain. Hasil dari wawancara ini diharapkan dapat menjadi panduan penulis dalam merancang *board game* yang menarik secara visual, memiliki mekanisme permainan yang sesuai dengan tema dan remaja sebagai target audiens, serta efektif dalam menyampaikan informasi mengenai pencegahan nomofobia. Pertanyaan wawancara untuk desainer *board game* adalah sebagai berikut.

- a. Bisa diceritakan pengalaman Anda dalam merancang *board game* yang ditujukan sebagai media informasi dan edukasi?
- b. Menurut Anda, apa peran *board game* sebagai media informasi atau edukasi, khususnya untuk remaja?
- c. Bagaimana cara memastikan bahwa tema seperti pencegahan nomofobia tetap terasa relevan dan edukatif namun tidak mengurangi elemen menyenangkan dalam permainan?
- d. Bagaimana elemen visual seperti ilustrasi, warna, atau tata letak dapat digunakan untuk menarik perhatian remaja dan mendukung pesan pencegahan nomofobia?
- e. Apa saja mekanisme permainan dalam *board game* yang menurut Anda paling efektif dalam memberikan informasi pencegahan nomofobia secara efektif?

- f. Bagaimana cara menciptakan keseimbangan antara elemen kompetitif dan kerja sama dalam permainan untuk memastikan keterlibatan semua pemain?
- g. Apa cara terbaik untuk menampilkan dampak buruk nomofobia secara eksplisit dalam mekanisme permainan tanpa membuat pemain merasa terlalu tertekan?
- h. Bagaimana cara terbaik untuk menyisipkan solusi pencegahan nomofobia dalam permainan agar terasa natural dan tidak seperti ceramah?
- i. Apa saran Anda untuk memastikan permainan memiliki durasi yang sesuai dan tetap menarik untuk dimainkan berulang kali?
- j. Bagaimana cara mendesain ronde atau fase permainan agar pemain tetap fokus dan terlibat selama permainan berlangsung?
- k. Dalam konteks pencegahan nomofobia, bagaimana cara memanfaatkan interaksi sosial antar pemain untuk memperkuat pesan edukasi?
- l. Apa saja elemen penting atau elemen yang harus diperhatikan untuk menarik perhatian target audiens remaja agar mereka mau mencoba dan memainkan *board game* ini sejak awal?
- m. Hal apa saja yang harus diperhatikan saat melakukan uji coba *board game* untuk memastikan mekanisme permainan berjalan dengan baik dan informasi didalamnya tersampaikan dengan baik?
- n. Apakah ada saran tambahan dalam merancang *board game* yang tidak hanya menarik secara visual tetapi juga efektif dalam menyampaikan informasi pencegahan nomofobia?

### 3.3.2 Kuesioner

Penulis menggunakan teknik kuesioner yang disebarakan kepada 100 responden kalangan remaja usia 15-18 tahun di Jakarta Timur. Kuesioner ini berfungsi untuk mengumpulkan data mengenai tingkat dan pola penggunaan *smartphone*, dampak ketergantungan *smartphone* terhadap keseharian mereka, serta mengidentifikasi kesadaran serta keinginan mereka terkait mencegah nomofobia. Selain itu, kuesioner juga dibuat untuk mengetahui bagaimana perilaku dan relasi sosial dari para responden, dan mengidentifikasi media interaksi yang mampu memecahkan ketergantungan mereka terhadap *smartphone* untuk menghindari dampak nomofobia. Data yang diperoleh dari kuesioner ini akan dimanfaatkan untuk memahami karakteristik dan perilaku target audiens, beserta dengan bagaimana strategi pencegahan nomofobia melalui *board game* yang efektif. Pertanyaan yang dipaparkan dalam kuesioner sebagai berikut.

- a. Berapa lama waktu yang Anda habiskan menggunakan *HP* (*handphone*) tiap harinya? (Pilih yang relevan: Kurang dari 1 jam, 1-3 jam, 4-6 jam, Lebih dari 6 jam)
- b. Apa saja yang biasanya Anda lakukan dengan *HP* Anda? (*Checkboxes*)
- c. Apakah Anda merasa aman & nyaman saat terhubung dengan *HP* atau internet? (Skala likert 1-6)
- d. Seberapa sering Anda menggunakan *HP* sebagai pelarian dari stres atau kebosanan? (Skala likert 1-6)
- e. Apakah Anda merasa penggunaan *HP* mempengaruhi konsentrasi belajar Anda? (Skala likert 1-6)
- f. Apakah Anda merasa cemas atau tidak nyaman ketika tidak membawa/jauh dari *HP*? (Skala likert 1-6)
- g. Seberapa sering Anda mengalami gejala fisik seperti mata lelah, sakit kepala, atau sakit leher setelah menggunakan *HP*? (Skala likert 1-6)

- h. Apakah Anda berniat untuk mengurangi penggunaan *HP*? (Skala likert 1-6)
- i. Seberapa sering Anda bertemu teman-teman secara langsung di luar aktivitas sekolah? (Skala likert 1-6)
- j. Apa yang bisa membuat Anda lebih sering berkumpul dengan teman-teman secara *offline*? (Pilih yang relevan: Adanya aktivitas menarik, tempat yang nyaman untuk berkumpul, adanya waktu yang luang, dukungan/ajakan dari teman-teman)
- k. Apakah Anda merasa lebih nyaman berinteraksi langsung dibandingkan berkomunikasi melalui *HP* ketika bersosialisasi dengan teman-teman? (Pilih yang relevan: Lebih nyaman bertemu langsung, lebih nyaman berkomunikasi melalui *HP*)
- l. Apabila Anda lebih nyaman berkomunikasi melalui *HP*, apa yang dapat mendorong atau memotivasi Anda untuk bertemu teman secara langsung? (Pilih yang relevan: Adanya aktivitas atau kegiatan menarik yang dapat dilakukan bersama, adanya ajakan dan dukungan dari teman-teman, merasa perlu untuk memperbaiki hubungan sosial dan pertemanan, sudah merasa jenuh atau bosan berkomunikasi melalui *HP*)
- m. Apa aktivitas yang paling sering Anda lakukan saat berkumpul dengan teman-teman? (Pilih yang relevan: Berkumpul dan mengobrol bersama, bermain *game* bersama, berolahraga atau aktivitas fisik bersama, menonton film atau video bersama)
- n. Media permainan apa yang paling Anda sukai mainkan dengan teman-teman? (Pilih yang relevan: *Board game*, *card game*, *video game*)
- o. Apakah Anda pernah bermain *board game*? (Ya/Tidak)
- p. Seberapa sering Anda bermain *board game* dengan teman-teman? (Skala likert 1-6)
- q. Apa yang membuat Anda tertarik untuk bermain *board game*? (Pilih semua yang sesuai)

- r. Apa yang bisa mendorong Anda untuk lebih sering bermain *board game* dengan teman-teman? (Pilih yang relevan: Jika ada *board game* yang menarik dan seru, jika ada tempat atau acara khusus untuk bermain, jika teman-teman mengajak)
- s. Apa saja jenis *board game* yang paling menarik bagi Anda? (Pilih maksimal 3 yang sesuai)
- t. Bagaimana cara Anda biasanya mendapatkan akses ke *board game*? (Pilih yang relevan: Membeli sendiri, meminjam dari teman, meminjam dari sekolah, bermain di tempat yang menyediakan *board game*)
- u. Apakah Anda pernah mendengar istilah nomofobia sebelumnya? (Ya/Tidak)
- v. Apakah kamu pernah mengalami nomofobia? (Skala likert 1-6)
- w. Kapan Anda merasa gejala nomofobia itu muncul? (Pilih semua yang sesuai)
- x. Informasi apa yang ingin Anda ketahui tentang nomofobia? (Jawaban terbuka)
- y. Apakah Anda merasa perlu adanya informasi dan edukasi lebih lanjut tentang penggunaan *HP* yang sehat? (Skala likert 1-6)
- z. Apa yang membuat Anda tertarik dalam menggunakan suatu media informasi? (*Checkboxes*)
- aa. Berikan saran bagi perancangan media informasi nomofobia. (Jawaban terbuka)

### **3.3.3 Focus Group Discussion (FGD)**

*Focus Group Discussion (FGD)* dilakukan dengan 5-6 partisipan yang sesuai dengan target audiens. Tujuan dari *FGD* ini adalah untuk memperoleh data mengenai faktor penyebab perilaku nomofobia pada para partisipan, dampak dan pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari, strategi pencegahan nomofobia yang diperlukan, serta perancangan *board game* yang relevan dengan kebutuhan mereka. Dalam diskusi ini, penulis akan menggali pengalaman pribadi partisipan terkait pola penggunaan *smartphone* dan

bagaimana perasaan mereka saat tidak dapat menggunakan *smartphone* tersebut. *FGD* ini bermanfaat untuk mengeksplorasi bagaimana ketergantungan terhadap *smartphone* mempengaruhi kesehatan dan interaksi sosial target audiens, dan memahami preferensi terkait jenis, mekanisme, desain, dan bagaimana *board game* tersebut dapat menjadi alternatif aktivitas sosial yang lebih sehat di luar dunia maya. Pertanyaan yang diberikan dalam *FGD* adalah sebagai berikut.

- a. Bisakah Anda menceritakan pengalaman Anda terkait penggunaan *smartphone*, seperti seberapa sering Anda menggunakannya dalam sehari, dan biasanya apa yang dilakukan dengan *smartphone*?
- b. Pernahkah Anda mengalami kecemasan atau ketidaknyamanan ketika jauh dari *smartphone* Anda? Adakah pengalaman khusus yang pernah Anda alami?
- c. Bagaimana menurut Anda kecenderungan nomofobia memengaruhi kehidupan sehari-hari dan hubungan sosial Anda?
- d. Apakah Anda pernah mencoba untuk mengurangi kecenderungan nomofobia? Bisa ceritakan apa yang membuat Anda ingin mengurangi ketergantungan pada *smartphone* itu?
- e. Apa yang menjadi keinginan atau harapan Anda terkait pencegahan nomofobia? Dukungan apa yang Anda rasa diperlukan?
- f. Apa yang biasanya memotivasi Anda untuk lebih berniat untuk berinteraksi secara langsung dengan teman-teman?
- g. Apakah kalian sering bermain *board game*? Lalu, apa yang kalian sukai dari permainan tersebut?
- h. Menurut Anda, apakah *board game* bisa menjadi alternatif yang menyenangkan untuk berinteraksi secara sosial di luar penggunaan *smartphone*?
- i. Menurut kalian, elemen apa saja yang membuat *board game* menjadi menarik?
- j. Apakah ada desain visual atau warna tertentu yang menurut kalian bisa menarik perhatian remaja?

- k. Tema atau cerita seperti apa yang menurut kalian menarik untuk dijadikan sebagai bagian dari *board game* ini?
- l. Apakah ada saran atau masukan lain yang ingin diberikan terkait desain *board game* untuk pencegahan nomofobia?

### 3.3.4 Studi Eksisting

Penulis menggunakan studi eksisting yang bertujuan untuk memahami media informasi mengenai nomofobia yang sudah ada sebelumnya. Studi ini dilakukan untuk membantu dalam mengidentifikasi informasi, fitur, dan desain yang efektif dalam menarik perhatian target audiens, serta bagaimana konten disajikan agar mudah dipahami oleh remaja dan membawa dampak positif. Studi eksisting yang digunakan meliputi berbagai media yang berkaitan langsung dengan pembahasan nomofobia atau pencegahannya, atau media dengan tujuan mencegah ketergantungan terhadap *smartphone* yang telah diterbitkan dalam 5 tahun terakhir. Pemilihan studi eksisting juga didasarkan pada relevansi informasi, kualitas desain, dan kejelasan fungsi dan mekanisme yang memudahkan pengguna dalam menggunakan media tersebut. Dengan memanfaatkan studi ini, penulis dapat mengembangkan konsep desain yang sesuai untuk *board game* mengenai pencegahan nomofobia yang menarik, menyenangkan, dan *user-friendly*.

### 3.3.5 Studi Referensi

Penulis menggunakan studi referensi untuk mengumpulkan referensi elemen visual yang efektif dalam merancang *board game* yang menyenangkan dan edukatif. Studi referensi ini dapat mencakup elemen desain seperti gaya visual ilustrasi, pemilihan warna, penggunaan tipografi, serta desain karakter yang sesuai dengan preferensi target audiens dan sesuai tema *board game* yang akan dirancang. Syarat-syarat pemilihan studi referensi terkait perancangan permainan dalam *board game* meliputi mekanisme permainan dan komponen *board game* yang mampu menyampaikan pesan pencegahan nomofobia dengan efektif. Konsep visual dan mekanisme *board game* pada studi referensi yang akan digunakan akan membantu dalam

menciptakan suasana interaksi tatap muka di dalam *board game*, sehingga dapat mendorong partisipasi aktif dari para pemain. Penulis akan mempertimbangkan penggunaan elemen visual dan mekanisme permainan yang menggugah rasa penasaran dan keterlibatan, seperti kartu dengan ilustrasi yang ekspresif, serta karakter yang *relatable* bagi remaja. Selain itu, penulis akan menganalisis bagaimana aspek permainan dan interaksi sosial diintegrasikan dalam desain *board game*, sehingga dapat menjadi acuan dalam menciptakan *board game* yang menyenangkan dan interaktif. Dengan demikian, diharapkan hasil akhir dari perancangan *board game* ini tidak hanya menarik perhatian target audiens, tetapi juga efektif dalam strategi pencegahan nomofobia dengan cara yang mudah dipahami oleh remaja.

