

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Emosi adalah suatu perasaan yang biasanya dikaitkan dengan sebuah hasil pikir, perasaan dari hati, ataupun nafsu untuk suatu keadaan mental yang sedang dihadapkan (Mohiyeddini & Baker, 2023). Masa pada usia remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang sangat penting, dimana mereka memiliki karakteristik egosentrisme yang tinggi. Oleh karena itu, jika suatu emosi tidak bisa dikendalikan dengan baik dapat membahayakan mereka dalam mengatasi emosi (Galanaki, 2017, h.2). Terdapat berbagai kesimpulan dari jurnal psikologi yang merangkum hasil analisis dari 30 sumber bacaan, jika emosi tidak dapat dikelola dengan baik maka dampak negatif yang didapatkan terkait akibat dari masalah tersebut yaitu, terdapat perilaku agresif, *selfharm*, *suicidal*, dan *depression* yang merusak kesehatan mental (Pamungkas et al., 2024). Berdasarkan hasil data survey yang dilaksanakan oleh Survei Kesehatan Indonesia, ditunjukkan bahwa usia di Indonesia dengan tingkat depresi paling tinggi merupakan usia bersekitaran 18-24 tahun, yang mengartikan bahwa masalah emosi ini lebih sering terjadi di kalangan remaja (Kemenkes, 2023, h.97).

Bernyanyi merupakan sebuah pengungkapan perasaan beserta dengan pikiran yang dialami seorang dengan vokal suara (Ong, 2023, h.868). Salah satu studi ilmiah pernah menyatakan bahwa aktivitas bernyanyi biasanya meningkatkan produksi serotonin dan neurotransmitter yang sangat berperan pada bagian regulasi emosi atau suasana hati yang sedang dirasakan (Neila Fithriana, 2024, h.1). Menurut studi observasi yang dilakukan di Pelayanan Diva Family Karaoke Salemba Jakarta, dinyatakan bahwa target yang paling banyak mengunjungi dimulai dari seorang mahasiswa dan pelajar dimana mereka bernyanyi untuk mengatasi emosi positif dan negatif (Fitri & Sitasi, 2018, h.204). Berdasarkan hasil riset jurnal, ditemukan bahwa mahasiswa menyatakan bahwa bernyanyi dilakukan

sebagai mekanisme *coping* yang bersifat sementara (Situmorang, 2018, h.280). Menurut Yolentha, adapun manfaat yang didapatkan saat bernyanyi dan khususnya untuk mengatasi emosi negatif dan emosi positif (Yolentha, 2024, h.1). Meskipun emosi positif memberikan dampak yang baik seperti meningkatkan kesehatan mental, emosi tersebut sangat penting untuk dikendalikan supaya tidak berlebihan hingga menimbulkan dampak negatif (Kementerian Agama Republik Indonesia, 2022, h.1).

Salah satu konsep dari desain komunikasi visual yaitu menciptakan sebuah komunikasi yang efektif dalam menyampaikan pesan dan memiliki makna elemen visual yang baik (Subria Mamis, 2023, h.10). Oleh karena itu, untuk menyesuaikan *era digital*, media yang efektif untuk digunakan berupa media interaktif digital (Ilham et al., 2024, h.6). Menurut data statistik dari Datareportal, dinyatakan sekitar 98.3% pengguna di Indonesia menggunakan perangkat *mobile phone* untuk mengakses internet (Datareportal, 2023, h.1). Berdasarkan sumber dari *Parachute, website* merupakan sebuah platform yang memiliki tingkat *flexible* dan *credibility*. Hal ini memungkinkan pengguna *website* dapat membuka di platform mana saja dan kapan saja dengan nyaman (Parachute, 2024, h.1).

Berdasarkan ahli, menggunakan teknik gamifikasi dinyatakan sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan ketertarikan pengguna dalam melakukan interaksi terhadap media, hal ini dikarenakan terdapat berbagai interaksi yang mampu mengajak target untuk terasa terlibat dengan sistem permainan yang seru. (Vorobjovas-Pinta, 2021, h.3).

Dari data yang didapatkan, media mengenai pembelajaran regulasi emosi baik positif dan negatif masih belum banyak di Indonesia (Chong Hj, 2024, h.1). Oleh karena itu, penulis akan membuat sebuah perancangan *website mobile* interaktif. Media digital interaktif yang dipilih diharapkan dapat memberikan sebuah informasi yang dapat membantu para remaja untuk menimbulkan keinginan bernyanyi saat mengatasi emosi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang sebelumnya yang telah dijabarkan, berikut berupa masalah-masalah yang ditemukan:

1. Kurangnya pengembangan yang efektif dari bernyanyi dalam mengatasi emosi pada remaja akhir yang menyebabkan target masih tidak bisa mengandalkan emosinya sehingga menghadapi resiko dalam kesehatan mental.
2. Penyampaian media mengenai mengatasi emosi dapat memberikan sebuah informasi yang dapat membantu para remaja untuk menimbulkan keinginan bernyanyi saat mengatasi emosi.

Berdasarkan rangkuman di atas, maka rumusan masalah yang dapat penulis ajukan untuk melanjutkan proses perancangan adalah bagaimana perancangan *website mobile* mengenai aktivitas bernyanyi untuk mengatasi emosi?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan ini ditujukan terhadap semua jenis kelamin remaja akhir usia 18 - 24 tahun, pendidikan mulai dari Mahasiswa, SES A-B, berdomisili di Jabodetabek, yang suka bernyanyi saat mengalami emosi negatif seperti sedih, stress atau depresi. Perancangan juga akan dilakukan dengan menggunakan media informasi interaktif secara digital dengan metode gamifikasi. Ruang lingkup dari perancangan yang akan dibuat akan dibatasi pada desain media berupa interaktif yang memberi informasi tentang informasi emosi, manfaat bernyanyi untuk membantu dalam mengatasi emosi, cara yang lebih efektif untuk membantu target bernyanyi untuk mengatasi emosi.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diberikan di batasan masalah, penulis memiliki tujuan yaitu, perancangan *website mobile* mengenai aktivitas bernyanyi untuk mengatasi emosi.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat tugas akhir ini dibagi menjadi dua bagian: manfaat teoretis dan praktis (penulis, peneliti, dan universitas).

1. Manfaat Teoretis:

Penelitian ini digunakan sebagai salah satu usaha yang dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya emosi dapat diatasi dengan baik dengan mempelajari aktivitas yang dapat membantu masalah tersebut melalui media informasi yang interaktif, dalam bentuk media digital beserta menggunakan metode gamifikasi. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam ilmu pengetahuan Desain Komunikasi Visual yang dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang akan melakukan perkembangan terhadap media interaktif lainnya.

2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bagi para dosen ataupun peneliti lainnya untuk membahas salah satu pilar dari DKV yaitu informasi, khususnya dalam perancangan media informasi interaktif yang digital. Perancangan ini juga dapat dimanfaatkan sebagai sebuah referensi yang digunakan mahasiswa lain yang tertarik dalam membuat sebuah perancangan media digital dan topik yang membahas tentang pengatasan emosi. Tidak hanya itu, penelitian ini bisa dijadikan sebagai salah satu dokumen arsip universitas terkait dengan pelaksanaan Tugas Akhir.