

## BAB III

### METODOLOGI PERANCANGAN

#### 3.1 Subjek Perancangan

Berikut merupakan subjek perancangan pada media informasi krisis eksistensialisme pada dewasa muda:

##### 3.1.1 Demografis

- A. Jenis Kelamin : Pria dan wanita
- B. Usia : 18-26 tahun.

Dewasa muda di rentang usia ini adalah berdasarkan Medicine & National Research Council, di mana rentang usia ini merupakan periode transisi untuk memiliki ekspektasi untuk memiliki kemandirian dan tanggung jawab sebagai anggota produktif dalam masyarakat. Memasuki dunia orang dewasa membawa serta kerentanan yang meningkat, yang menyebabkan dewasa muda menghadapi situasi baru yang mungkin sulit dipahami oleh mereka. Diberikannya banyak pilihan baru dalam hidup menimbulkan perasaan ragu dan dapat berkontribusi pada refleksi tentang makna hidup dan keraguan tentang eksistensial dewasa muda (Lundval dkk., 2020, hlm. 1).

- C. Pendidikan : D3, S1
- D. SES : B-A.

Pertimbangan SES ini adalah dari sisi keterbukaan terhadap masalah kesehatan mental dan akses ke psikolog. Pangiras dkk., (2021) mengutarakan bahwa masyarakat dengan pendapatan yang lebih besar memiliki keterbukaan terhadap masalah kesehatan mental (hlm. 20). Selain itu, dilansir dari Portal Puskesmas Tangerang (2024), konsultasi ke psikiater atau psikolog dapat mengeluarkan biaya dimulai dari Rp.300.000-1.500.000 tergantung rumah sakit yang dikunjungi. Jika ada indikasi depresi dan kecemasan, biaya pengobatan dapat

mencapai Rp.800.000,00. Hal ini menunjukkan individu yang mempunyai pendapatan lebih besar lebih dapat memiliki akses psikologis.

### **3.1.2 Geografis**

Geografis yang dipilih adalah wilayah Jabodetabek. Berdasarkan Purba dan Fitriana (2019, hlm. 62), individu yang tinggal di wilayah urban lebih rentan mengalami tekanan. Salah satu penyebabnya adalah lingkungan yang cenderung lebih individualistik, yang mengakibatkan berkurangnya dukungan emosional dari orang-orang terdekat. Selain itu, akses menuju psikolog atau psikiater lebih luas (Portal Puskesmas Tangerang, 2024).

### **3.1.3 Psikografis**

Dewasa muda yang sedang atau mungkin mengalami krisis eksistensial (kehilangan makna dalam tujuan hidup dan mengalami masalah psikologis karenanya).

### **3.1.4 Sosiologis**

Kelompok sasaran secara sosiologis dalam perancangan buku ini adalah dewasa muda tertarik dengan topik krisis eksistensial. Dalam konteks ini, buku dirancang untuk menjadi media refleksi dan pemahaman bagi mereka yang ingin mengenali tahapan krisis eksistensial, memahami dampaknya secara psikologis, serta menemukan cara untuk menghadapinya.

### **3.1.5 Behavior**

Individu yang mengalami krisis eksistensial cenderung menunjukkan perasaan putus asa dan kecemasan, yang bisa memengaruhi perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini mungkin tidak hilang hingga krisis diakui dan ditangani (Andrews, 2016, hlm. 104). Beberapa dewasa muda, terutama yang sedang mengalami transisi hidup, cenderung menghindari membicarakan perasaan mereka karena takut tidak

dianggap serius atau malu, sehingga mereka menunda pembicaraan penting mengenai masalah mereka (Lundvall, 2022, hlm. 1-2).

### **3.2 Metode dan Prosedur Perancangan**

Adapun metode perancangan yang diterapkan dalam pembuatan buku ilustrasi tentang krisis eksistensial pada dewasa muda ini mengikuti metode Robin Landa dalam bukunya *Graphic Design Solution* (2011), yang menguraikan lima langkah penting dalam proses desain: *orientation, analysis, conceptualization, design, dan implementation*.

#### **3.2.1 Orientation**

Tahap orientasi melibatkan identifikasi masalah serta mengumpulkan data secara menyeluruh untuk menyusun buku ilustrasi yang sesuai. Ini dilakukan melalui survei, wawancara, dan penelitian literatur seperti jurnal, buku, serta dokumen terkait lainnya.

#### **3.2.2 Analysis**

Tahap analisis melibatkan tinjauan data untuk pemahaman yang lebih mendalam, serta untuk merumuskan strategi pesan dan visual. Kemudian, dari tinjauan data tersebut, dibentuk design brief untuk menetapkan strategi desain buku ilustrasi agar lebih terarah dengan baik.

#### **3.2.3 Concepts**

Konsep desain adalah tentang menentukan bagaimana dan mengapa sebuah desain dilakukan. Bagian ini mengarahkan cara dan alasan di balik keputusan desain, bagaimana membuatnya atau mengapa memilih gambar, jenis huruf, atau warna tertentu. Konsep ini menentukan cara dan alasan di balik setiap keputusan desain, seperti pemilihan gambar dan jenis huruf. Konsep desain untuk buku ilustrasi ini dimulai dengan sesi *brainstorming, Mind mapping, moodboard, dan creative brief*.

#### **3.2.4 Design**

Pada tahap desain, konsep visual untuk buku ilustrasi mulai dikembangkan, yang berarti merancang elemen-elemen visual untuk buku

tersebut. Ini melibatkan langkah-langkah desain seperti variasi desain, konsep desain, dan visualisasi digital.

### **3.2.5 Implementation**

Tahap implementasi melibatkan produksi dan penerapan perancangan buku ilustrasi tentang krisis eksistensial pada dewasa muda ke format final. Ini memastikan bahwa desain dapat diaplikasikan dan tersampaikan dengan baik melalui media cetak maupun digital untuk menjangkau target audiens.

Adapun metode pengambilan data yang diambil adalah kualitatif. Penelitian kualitatif dipilih karena dinilai dapat memahami sesuatu yang baru, dan perkembangan dari fenomena yang sudah terjadi (Faldi, 2021, hlm. 23). Basrowi & Suwandi (2008, hlm. 2) menyatakan bahwa penelitian kualitatif dapat memberikan persepsi audiens sehingga lebih mendalami apa yang mereka butuhkan dari penelitian. Teknik kualitatif yang digunakan dalam penelitian adalah wawancara, *Focus Group Discussion*, dan kuesioner, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman dan kebutuhan individu yang mengalami krisis eskistensial.

## **3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan**

Tujuan utama teknik pengumpulan data ini adalah untuk mendapatkan wawasan mendalam tentang tantangan yang dihadapi oleh dewasa muda dengan krisis eksistensial dan menyampaikannya secara efektif melalui buku ilustrasi, sehingga buku ilustrasi yang dirancang dapat lebih relevan dan efektif. Dokumentasi dari pengambilan data dilakukan dengan pengambilan foto dan rekaman dengan responden terkait.

### **3.3.1 In-depth Interview**

Sebagai metode utama pengumpulan data, dilakukannya wawancara mendalam dengan psikolog dan ilustrator. Hal ini bertujuan untuk mengeksplorasi informasi tentang krisis eksistensial dan penyampaian pesan yang tepat melalui buku ilustrasi secara komprehensif.

### 3.3.1.1 Wawancara dengan Psikolog

*In-depth interview* dilakukan dengan psikolog Fiona Valentina Damanik, M.Psi, seorang psikolog dari Universitas Multimedia Nusantara (UMN) untuk menambah wawasan mengenai sudut pandang psikologis terhadap krisis eksistensial. Instrumen pertanyaan wawancara kepada psikolog diambil dari teori Creswell & Creswell (2018) adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Anda sebagai psikolog di Indonesia mendefinisikan krisis eksistensial? Apakah masalah ini masih diakui dalam dunia psikologi?
2. Apakah Anda sering menemukan pasien dewasa muda yang mempertanyakan kembali makna atau tujuan hidup atau kehidupan secara keseluruhan? Bagaimana mereka menghadapi situasi ini?
3. Menurut Anda, apa yang biasanya menjadi pemicu seseorang mulai mempertanyakan makna hidupnya?
4. Bagaimana dewasa muda umumnya merespons krisis eksistensial dalam kehidupan sehari-hari?
5. Bagaimana gelisah dan depresi menjadi pola umum yang ditemui pada dewasa muda yang mengalami krisis eksistensial?
6. Bagaimana krisis eksistensi ini mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang, termasuk dampaknya pada sehari-hari seperti hubungan sosial dan pekerjaan?
7. Menurut Anda, bagaimana cara terbaik untuk mendampingi atau mendukung dewasa muda yang sedang mengalami krisis eksistensial?

### 3.3.1.2 Wawancara dengan Ilustrator

*In-depth interview* dilakukan dengan ilustrator Sisca Angreani *Hingga Usai Usia* untuk menambah wawasan mengenai kepentingan ilustrasi dalam menyampaikan sebuah informasi atau

pesan untuk dewasa. Instrumen pertanyaan wawancara kepada psikolog diambil dari teori Creswell & Creswell (2018) adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana posisi atau kepentingan ilustrasi dalam menyampaikan informasi? Apalagi untuk audiens yang lebih dewasa?
2. Bagaimana proses kreatif saat memulai proyek buku ilustrasi? Apa langkah-langkah yang biasanya dilakukan dari awal hingga akhir?
3. Bagaimana memastikan pesan dan informasi buku disampaikan dengan tepat ke target audiens? Apakah ada metode tertentu yang digunakan?
4. Bagaimana cara mengatasi penyampaian pesan yang rumit menjadi ilustrasi?
5. Bagaimana agar buku ilustrasi berkembang dengan perkembangan teknologi? Apakah ada perbedaan dalam pembuatan buku pada fisik dan digital?
6. Bagaimana memastikan ilustrasi yang dibuat berhasil menyampaikan pesan yang hendak disampaikan?

### **3.3.2 Focus Group Discussion**

*Focus Group Discussion* (FGD) dilakukan kepada 7 dewasa muda, yaitu Daphne, Justin, Jovita, Tamara, Jane, Lintang dan Indira untuk mendapatkan data pemahaman lebih lanjut mengenai fenomena krisis eksistensial tersebut. FGD dilakukan secara online melalui aplikasi *Zoom* pada Rabu, 25 September 2024. FGD dilaksanakan dengan menampilkan presentasi dengan penjelasan singkat tentang krisis eksistensial, dan pertanyaan terbagi dua untuk yang merasa krisis eksistensial dan yang tidak. Teori pertanyaan yang diambil berdasarkan teori Creswell & Creswell (2018).

1. Menurut pendapat kalian, apa itu krisis eksistensial?

2. Untuk yang krisis eksistensial: Bagaimana awal mula merasa bahwa sedang krisis eksistensial? Seperti kapan itu terjadi dan bagaimana dampak bagi keseharian dan mental.
3. Untuk yang tidak krisis eksistensial: Bagaimana pandangan terhadap orang yang krisis eksistensial? Apakah tahu orang yang sepertinya terkena krisis eksistensial?
4. Untuk yang krisis eksistensial: Apakah pernah merasa ingin berbicara tentang kegelisahan yang dialami?
5. Untuk yang tidak krisis eksistensial: Setelah mendengar cerita teman-teman yang krisis, apakah merasa bahwa yang krisis eksistensi seharusnya lebih terbuka? Bagaimana kepedulian terhadap isu ini?
6. Untuk yang krisis eksistensial: Apakah transisi dari remaja ke dewasa muda membuat krisis eksistensial lebih parah? Bagaimana cara mengatasinya?
7. Untuk yang tidak krisis eksistensial: Apakah tahu seseorang yang sekiranya mengalami seperti yang teman-teman krisis eksistensial ceritakan sebelumnya?
8. Untuk yang krisis eksistensial: Apa hal yang ingin diketahui lebih dalam tentang krisis eksistensial?
9. Untuk yang tidak krisis eksistensial: Apakah tertarik untuk tahu lebih dalam mengenai krisis eksistensial? Apa yang ingin diketahui lebih lanjut?
10. Untuk semuanya: Bagaimana diskusi FGD ini menambah wawasan kamu?

### **3.3.3 Kuesioner**

Kuesioner dilakukan melalui *google form* dan disebarluaskan secara *random sampling* untuk memperoleh data dan perspektif yang lebih beragam, tetapi tetap memfokuskan usia dan domisili sesuai dengan target demografis (usia 18-26 tahun, domisili Jabodetabek). Teori pertanyaan yang diambil berdasarkan teori Creswell & Creswell (2018).

#### **A. Section 1 – Identitas & Pemahaman Responden**

1. Usia

- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26

2. Domisili

- DKI Jakarta
- Bogor
- Depok
- Tangerang
- Bekasi

3. Apa kesibukan Anda saat ini?

- Sedang bekerja
- Mahasiswa
- Mengurus rumah tangga
- Tidak memiliki kesibukan
- Mencari pekerjaan
- Lainnya... (buat opsi)

4. Pengeluaran Bulanan (Termasuk semua biaya hidup seperti makan, gaya hidup, atau pengeluaran dari orangtua untuk akademik dan tunjangan hidup yang lain)

- < Rp 3.000.000
- Rp 3.000.000 – Rp 5.000.000
- Rp 5.000.000 – Rp 7.500.000
- > Rp 7.500.000

5. Menurut APA (*American Psychological Association*) *Dictionary of Psychology*, krisis eksistensial adalah tahap penting atau titik balik dalam pencarian makna dan tujuan hidup. Rindunastiti (2023) menambahkan bahwa krisis ini ditandai dengan keraguan tentang makna keberadaan, tujuan hidup, dan perasaan apakah seseorang hidup dengan berguna dan berfungsi dengan baik.

Apakah Anda familiar dengan istilah krisis eksistensial di atas?

- Ya (*pergi ke section 3*)
  - Tidak (*lanjut ke section 2*)
6. Setelah membaca penjelasan sebelumnya, apakah Anda pernah mempertanyakan makna dan tujuan hidup? (*seperti, untuk apa aku di sini?, apa arti aku melakukan ini?*)
- Ya
  - Tidak

#### **B. Section 2 – Responden yang Tidak Merasa Krisis Eksistensial**

1. Apakah Anda ingin mempelajari lebih lanjut tentang krisis eksistensial?
  - Ya
  - Tidak
2. Menurut Anda, apakah penting adanya media informasi untuk memahami lebih lanjut untuk krisis eksistensial?
  - Penting (*pergi ke section 6 / section terakhir*)
  - Tidak Penting (*pergi ke section 6 / section terakhir*)

#### **C. Section 3 – Responden yang Merasa Krisis Eksistensial**

1. Dalam sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa mempertanyakan makna kehidupan?
  - Setiap hari
  - Beberapa kali dalam seminggu

- Sekali-kali tiap 2 minggu
  - Sekali-dua kali
  - Lainnya... (buat opsi)
2. Apa yang membuat Anda mempertanyakan makna dan tujuan hidup? (pilih yang paling mendekati)
- Ketika ada perubahan besar dalam hidup (karir, percintaan, akademis, kekeluargaan)
  - Konflik dengan autentisitas diri / pertanyaan mengenai *true self*
  - Dari kebingungan tentang pilihan hidup yang diambil
  - Kehilangan dalam hubungan yang dalam
  - Rasa bersalah yang mendalam
  - Mengalami kegagalan yang dalam
  - Lainnya... (buat opsi)
3. Bagaimana mempertanyakan hal tersebut mempengaruhi keseharian Anda? (Pilih yang mendekati)
- Gelisah/cemas
  - Murung
  - Suka kebingungan
  - Mengganggu konsentrasi
  - Hubungan lebih renggang
  - Tidak berpengaruh
  - Lainnya...
4. Dukungan apa yang Anda cari ketika mengalami krisis eksistensial?
- Teman
  - Keluarga
  - Profesional (psikolog/psikiater)
  - Tidak mencari dukungan (*pergi ke section 5*)
  - Lainnya: \_\_\_\_\_

#### **D. Section 4 – Partisipan yang Memilih Dukungan**

1. Mengapa Anda memilih dukungan tersebut? (Pilih yang paling mendekati)
  - Saya merasa aman berbagi dengan mereka
  - Mereka mengerti perasaan saya
  - Saran mereka sesuai masalah saya
  - Mereka tahu tentang hal ini dan bisa membantu
  - Tidak tahu harus pergi ke siapa lagi
2. Apakah pernah mempertimbangkan dukungan yang berbeda?
  - Ya, saya merasa dukungan saat ini tidak cukup
  - Ya, saya ingin mencoba pendekatan yang berbeda
  - Tidak, saya merasa dukungan saya sudah cukup
  - Tidak, saya tidak tahu harus mencari dukungan di mana lagi
3. Seberapa sering Anda membicarakan krisis makna kehidupan dengan orang lain?
  - Sering
  - Jarang
  - Tidak Pernah

#### **E. Section 5 – Alasan untuk Partisipan yang Tidak Mencari Dukungan**

1. Apa yang menjadi pertimbangan Anda untuk tidak mencari dukungan?
  - Saya bisa mengatasi sendiri
  - Saya tidak tahu harus mencari dukungan ke mana
  - Saya merasa tidak ada yang bisa membantu
  - Saya cemas dinilai atau dihakimi
  - Tidak merasa terpengaruh
2. Bagaimana Anda biasanya mencoba mengatasi krisis eksistensial tanpa bantuan dari orang lain?
  - Memikirkan sendiri/merenung

- Mencari informasi secara online
  - Mengalihkan pikiran dengan kegiatan lain (misalnya: bekerja, bermain game)
  - Saya tidak melakukan apa-apa
  - Saya tidak merasa terpengaruh
3. Apakah dengan tidak mencari dukungan, mempengaruhi Anda saat krisis eksistensial?
- Ya, Menghadapinya jadi lebih sulit
  - Ya, tapi saya lebih nyaman menghadapi sendiri
  - Tidak
4. Apakah Anda pernah mempertimbangkan untuk mencari dukungan di masa mendatang?
- Ya
  - Tidak

**F. Section 6 – Terima Kasih Telah Mengisi!**

