

BAB III

METODOLOGI PERANCANGAN

3.1 Subjek Perancangan

Berikut merupakan subjek perancangan pada buku interaktif ekspresi emosi untuk remaja dari keluarga *broken home*.

1. Demografis

- a. Jenis Kelamin: Laki-laki dan perempuan
- b. Usia: 15—18 tahun

Perancangan ini menargetkan remaja yang berusia 15—18 tahun atau pada masa Sekolah Menengah Atas (SMA). Fase ini sering disebut sebagai remaja pertengahan (Isroani et al., 2023, h. 12). Pada tahap ini, perubahan fisik remaja sudah mendekati sempurna, membuat mereka memiliki penampilan layaknya orang dewasa.

Menurut Rakhman & Mesra (2024), pada usia ini, remaja cenderung meniru perilaku dari lingkungan sekitarnya (h. 92). Hal ini didukung oleh penelitian Maulana (2019) yang menemukan bahwa remaja dari keluarga yang sering berkonflik lebih rentan memiliki perilaku bermasalah dibandingkan dengan mereka yang dibesarkan dalam keluarga harmonis (h. 93).

Di samping itu, penulis memilih rentang umur spesifik 15—18 tahun karena beberapa pertimbangan. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Salem & Robinson (2025, h. 4-5), masa remaja 15—18 tahun merupakan periode rentan terhadap masalah keluarga, teman sebaya, dan sekolah. Hal ini juga ditandai karena adanya peningkatan sensitivitas terhadap lingkungan sekitar dari segi sosial. Selain itu, apabila usia pengguna sudah berada di atas 18 tahun, terjadi perubahan persepsi tekanan dari yang semula berada di lingkup sekolah dan keluarga menjadi kemandirian finansial dan

dunia kerja. Atas dasar hal tersebut, penulis memilih untuk menspesifikan rentang umur menjadi 15—18 tahun.

c. Pendidikan: SMA

d. Ses: B—A

Perancangan buku interaktif ini menargetkan kelompok status sosial ekonomi (SES) B—A karena kelompok SES menengah ke atas memiliki daya beli serta kecenderungan untuk mengapresiasi produk inovatif yang memiliki nilai tambah edukasi, seperti buku interaktif. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, kelompok SES yang masuk ke penduduk "tidak miskin" di Kota Bandung memiliki level pendidikan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok miskin. Pemilihan target SES B—A ini diperkuat oleh analisis pola pengeluaran yang menunjukkan adanya kapasitas finansial yang mencukupi.

Menurut data BPS tahun 2023, kelompok penduduk "tidak miskin" di Kota Bandung mengalokasikan porsi pengeluaran yang jauh lebih kecil untuk kebutuhan makanan, yaitu sebesar 39,75%, dibandingkan dengan kelompok "miskin" yang mencapai 62,90%. Perbedaan signifikan ini mengindikasikan bahwa kelompok SES B—A memiliki *disposable income* (pendapatan siap belanja) yang lebih besar. Ketersediaan dana di luar pemenuhan kebutuhan pokok inilah yang menjadi faktor kunci yang memungkinkan adanya transaksi pembelian produk tersier seperti buku interaktif yang dirancang untuk pengembangan diri.

Selain segi finansial, kelompok SES B—A juga dipilih karena kecenderungannya dalam menghadapi isu gangguan mental. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Salem *et al.* (2025, h. 2), kesehatan seseorang tidak hanya dipengaruhi dari kekayaan namun juga seberapa sering orang tersebut membandingkan dirinya dengan orang lain. Dalam hal ini, masalah yang sering ditemui kelompok SES B—A adalah kondisi yang penuh dengan kesenjangan. Hal ini

berakibat pada rasa dengki atau iri yang membuat kelompok golongan ini secara umum lebih mudah terjerumus permasalahan mental dibanding dengan golongan lain (h. 5). Oleh sebab itu, penulis memilih kelompok SES B—A karena faktor finansial dan latar belakang yang cocok dengan penulisan buku interaktif ini.

2. Geografis

Jawa Barat memiliki angka perceraian tertinggi di Indonesia (BPS, 2024). Sementara itu, Kota Bandung tercatat sebagai daerah dengan tingkat perceraian tertinggi ketiga di Jawa Barat setelah Kabupaten Bogor dan Kabupaten Bandung (*Open Data Jawa Barat*). Maka dari itu, penelitian ini memiliki target geografis di Kota Bandung. Tingginya angka perceraian ini berdampak terhadap perkembangan emosional remaja.

3. Psikografis

- a. Remaja yang kesulitan dalam menyalurkan emosi.
- b. Remaja yang membutuhkan media sebagai sarana menyalurkan emosi.
- c. Remaja yang enggan untuk membicarakan masalah secara verbal.
- d. Remaja yang sulit untuk percaya pada orang lain.

3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Metode perancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Design thinking*, yaitu pendekatan yang berpusat pada pengguna serta mengutamakan pemecahan masalah secara kreatif, kolaboratif, dan inovatif. Mengacu pada Tim Brown (2008), *Design thinking* terdiri atas lima tahapan utama, yaitu *emphatize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *test* (h. 4).

Selain metode perancangan, penelitian ini juga menggunakan pendekatan *mixed method*, yaitu gabungan antara metode kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh data yang komprehensif, baik dari segi persepsi maupun angka statistik. Berikut merupakan penjelasan terkait lima tahapan utama *Design thinking*:

3.2.1 *Emphasize*

Tahap *emphasize* merupakan langkah awal untuk memahami pengalaman, kebutuhan, dan permasalahan pengguna. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, kuesioner, studi referensi, dan studi eksisting. Tujuan dari tahapan ini adalah untuk mengetahui permasalahan dan potensi penyelesaian yang dapat dipakai oleh pengguna. Data pertama akan didapatkan melalui wawancara personal dengan psikolog untuk mendapatkan informasi seputar dampak dan efek remaja yang terdampak dengan kondisi *broken home* dan ahli *Journaling* untuk mendapatkan informasi terkait bagaimana penulisan dan cara yang efektif untuk membuat sebuah media agar remaja dapat mengekspresikan emosinya. Dari kegiatan ini, diharapkan dapat ditemukan cara terbaik untuk menangani persoalan emosional yang biasa dihadapi oleh remaja *broken home* serta keterbukaan diri mereka terhadap proses *self-healing* yang dibantu oleh suatu media interaktif. Adapun studi referensi digunakan untuk mengetahui dampak penelitian serupa yang memakai media interaktif untuk menyelesaikan suatu permasalahan di masyarakat. Terakhir, studi eksisting dilakukan sebagai perbandingan kekurangan dan kelebihan dan penelitian serupa yang sudah dilakukan sebelumnya. Harapannya, studi eksisting dapat menjadi saran tambahan untuk penyempurnaan buku interaktif ini.

3.2.2 *Define*

Pada bagian *define*, data permasalahan yang sudah dikumpulkan akan dijabarkan. Tahapan ini akan memiliki isi terkait kebutuhan dan permasalahan pengguna secara jelas. Sebagai *output*, akan dibuatkan sebuah *user persona* dan *user journey map* untuk mengidentifikasi solusi terbaik yang dapat ditawarkan kepada remaja yang terdampak *broken home*. Analisa dan pengolahan data akan dibuat saling berkaitan sehingga diperoleh sebuah solusi yang diberikan dan dipahami baik kepada remaja *broken home*. Dengan adanya data yang tepat, penulis dapat merancang media edukasi seperti buku interaktif

yang sesuai untuk remaja *broken home* agar mereka dapat lebih mudah mengelola emosi dan mengekspresikan emosi mereka.

3.2.3 *Ideate*

Pada tahap *ideate*, ide-ide kreatif sebagai hasil inovasi terhadap permasalahan yang ada akan dikembangkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh subjek penelitian yaitu remaja *broken home*. Penulis akan merancang sebuah *mind map* untuk mengaitkan ide dan konsep yang diperlukan oleh remaja *broken home*. Dari beberapa ide yang dikembangkan, akan dipilih ide terbaik yang secara praktis dan aplikatif dapat diimplementasi secara langsung kepada subjek penelitian. Adapun *output* dari tahapan ini adalah rancangan buku interaktif yang dapat digunakan sebagai media interaksi remaja *broken home* dengan perasaan dan kondisi mental mereka. Buku interaktif ini akan menjadi landasan desain yang meliputi elemen visual, warna, gambar, dan tipografi yang tetap relevan dengan *big idea* yang dirancang sebelumnya. Terdapat pula *output* konten yang akan dimuat di dalam buku interaktif.

3.2.4 *Prototype*

Pada tahap *prototype*, gagasan solusi dari tahapan *ideate* akan direalisasi. Adapun bentuk solusi berupa buku interaktif yang dibuat akan mengacu kepada *big idea* yang sudah ditetapkan. Pembuatan *prototype* ini akan dimulai dengan merancang aset visual seperti sketsa desain, *layout*, dan perancangan visual. Ketika *prototype* buku interaktif sudah selesai dibuat, pengujian secara tertutup akan dilakukan untuk mengetahui apakah tujuan awal buku interaktif ini dibuat sudah tercapai dan sesuai atau justru terdapat penyimpangan atau permasalahan yang perlu penyesuaian kembali. Apabila terdapat kesalahan saat pengujian, penyesuaian dan revisi akan dilakukan agar *prototype* ini dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang dirancang sebelumnya. Pengujian akan dilakukan ke tahap *testing* untuk memastikan tujuan tercapai kepada subjek penelitian yang ditargetkan yaitu remaja *broken home*.

3.2.5 Testing

Pada tahap *testing*, buku interaktif yang sepenuhnya sudah selesai dibuat akan diberikan kepada subjek penelitian untuk mendapatkan *feedback* atau masukan yang dapat menyempurnakan solusi ini. *Prototype* berupa buku interaktif akan diujikan kepada audiens atau subjek penelitian secara keseluruhan agar pengembangan dan perbaikan berikutnya dapat mulai dilakukan. Hal ini bertujuan agar *prototype* yang sebelumnya sudah dirancang dapat diterima oleh subjek penelitian dengan baik tanpa ada hambatan yang berarti. Seluruh masukan dan kritik maupun saran yang dihimpun akan menjadi bahan finalisasi media buku interaktif sebagai solusi permasalahan emosional dan kondisi mental remaja yang terdampak kondisi *broken home*.

3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan

Teknik perancangan dalam perancangan ini menggunakan teknik wawancara dan kuesioner untuk mengetahui lebih dalam terkait sudut pandang masing-masing dari narasumber.

3.3.1 Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilakukan melalui percakapan langsung antara pewawancara dan narasumber dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk suatu penelitian (Ritonga, 2023).

1. Wawancara Psikolog

Wawancara dilakukan dengan psikolog untuk mendapatkan sudut pandang ahli mengenai dampak psikologis perceraian orang tua terhadap remaja. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pemahaman lebih dalam mengenai efek jangka pendek dan panjang terhadap kondisi emosional remaja *broken home*, strategi penanganan yang umum digunakan dalam praktik psikologi, serta pendekatan preventif yang dapat membantu remaja dalam mengelola emosi. Pertanyaan wawancara adalah sebagai berikut:

- 1) Menurut Anda, mengapa angka perceraian di Indonesia cukup tinggi dan apa dampak psikologis umum yang paling sering dialami remaja akibat perceraian, baik dalam jangka pendek maupun panjang?
- 2) Apakah ada perbedaan dampak emosional antara remaja laki-laki dan perempuan akibat perceraian orang tua? Lalu apa saja tanda-tanda awal bahwa seorang remaja sedang mengalami gangguan emosional akibat kondisi keluarga?
- 3) Apakah ada pola tertentu dari klien remaja yang datang dengan masalah emosional akibat perceraian?
- 4) Bagaimana cara Anda mendorong remaja untuk lebih terbuka terhadap perasaan mereka sendiri dalam sesi konseling?
- 5) Apa peran *support system* (guru, teman, dan lainnya) dalam membantu remaja menghadapi situasi perceraian dan apa tanda bahwa remaja mulai menunjukkan pemulihan emosional setelah mengalami konflik dalam keluarga?
- 6) Berdasarkan pengalaman Anda, seberapa efektifkah ekspresi diri melalui media seperti *journaling* atau aktivitas kreatif lain dalam membantu remaja mengelola emosi mereka? Apakah Anda merekomendasikan hal ini?
- 7) Jika inisiatif saya adalah merancang sebuah buku interaktif sebagai media ekspresi emosi, apa saja hal-hal penting yang harus dipertimbangkan dari sudut pandang psikologis agar buku ini efektif dan aman bagi remaja dari keluarga *broken home*?
- 8) Bagaimana seharusnya buku ini menyajikan konten agar dapat diterima dengan baik oleh remaja? Apakah ada elemen visual atau gaya ilustrasi tertentu yang sebaiknya digunakan atau dihindari?
- 9) Apakah ada topik sensitif yang sebaiknya tidak dibahas secara eksplisit dalam buku ini, atau adakah cara tertentu untuk menyampaikan secara aman dan tidak memicu emosi negatif?

- 10) Selain *journaling*, apakah ada jenis aktivitas mandiri lain (seperti menggambar, menulis, dan lainnya) yang direkomendasikan dan bisa dimasukkan ke dalam buku interaktif?

2. Wawancara Ahli *Journaling*

Wawancara dilakukan ahli *journaling* dengan tujuan untuk memahami bagaimana *journaling* dapat digunakan sebagai alat untuk mengelola emosi, terutama bagi remaja yang tidak memiliki metode yang tepat untuk mengelola emosi mereka, sehingga cenderung memendamnya. Topik yang dibahas meliputi manfaat *journaling* bagi kesehatan mental, metode penulisan yang efektif, serta tips untuk membangun kebiasaan menulis secara konsisten. Informasi dari wawancara ini akan digunakan sebagai dasar dalam merancang media interaktif yang relevan dan aplikatif bagi target audiens. Pertanyaan wawancara adalah sebagai berikut:

- 1) Apa definisi *journaling* dan kaitannya dengan kesehatan mental?
- 2) Apa manfaat utama *journaling* dalam mengelola emosi, khususnya bagi remaja dan apakah *journaling* dapat membantu remaja mengenali pola pikir negatif atau meningkatkan rasa percaya diri?
- 3) Mengapa remaja sering merasa kesulitan untuk mengungkapkan perasaannya secara verbal dan apakah *journaling* bisa menjadi alternatif yang efektif untuk mengekspresikan emosi mereka?
- 4) Dalam workshop yang pernah Anda lakukan, metode *journaling* seperti apa yang paling cocok untuk remaja pemula? Apakah ada contoh *prompt* sederhana yang bisa langsung digunakan remaja untuk mulai menuliskan isi pikirannya?
- 5) Seberapa penting konsistensi dalam melakukan *journaling* untuk mendapatkan manfaat psikologisnya?
- 6) Apa tantangan umum yang sering dihadapi remaja dalam memulai atau mempertahankan kebiasaan *journaling* dan

bagaimana cara membangun kebiasaan *journaling* secara konsisten bagi remaja yang mudah bosan?

- 7) Apa pendapat Anda tentang penggunaan ilustrasi, stiker, atau warna dalam *journaling* sebagai sarana ekspresi? Apakah ada bentuk aktivitas interaktif lain yang direkomendasikan untuk membantu remaja mengekspresikan emosi?
- 8) Apakah *journaling* sebaiknya dilakukan saat sedang emosional, atau dalam kondisi netral pun tetap penting?
- 9) Menurut Anda, bagaimana desain media interaktif atau buku *journaling* bisa dibuat agar lebih menarik dan relevan untuk remaja?
- 10) Apakah Anda bersedia memberikan harapan atau pesan motivasi yang ingin disampaikan kepada remaja yang terdampak perceraian, yang nantinya bisa dimasukkan ke dalam buku interaktif ini? Jika ya, apa harapannya?

3.3.2 Kuesioner

Penulis menggunakan kuesioner metode campuran, yaitu gabungan antara pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Data kuantitatif digunakan untuk mendapatkan gambaran umum responden terkait usia dan kondisi keluarga, sedangkan data kualitatif digunakan untuk menggali secara mendalam terkait pengalaman, emosi, dan pandangan personal mereka mengenai dampak dari kondisi perceraian keluarga mereka. Berikut merupakan pertanyaan kuesioner:

- A. Domisili
 - a. Bandung
 - b. Di luar Bandung
- B. Usia Anda
 - a. 15 tahun
 - b. 16 tahun
 - c. 17 tahun
 - d. 18 tahun
 - e. Di luar usia 15-18 tahun

C. Informasi Pribadi

1. Jenis Kelamin (Perempuan/Laki-laki)
2. Saat ini Anda tinggal bersama (Kedua orang tua, Ayah, Ibu, Wali)
3. “Pengalaman keluarga dapat memengaruhi perasaan seseorang.” Apakah Anda merasa bahwa perubahan dalam keluarga Anda telah memengaruhi kondisi emosional Anda? (Ya/Tidak)
4. Jika ‘Ya,’ mengapa?, Jika ‘Tidak,’ mengapa?

D. Pengenalan Emosi

1. Seberapa setuju Anda dengan pertanyaan berikut? (Skala Likert 1-5)
 - a. “Saya sering merasa sedih.”
 - b. “Saya sering merasa marah.”
 - c. “Saya sering merasa bingung dengan perasaan saya.”
2. Saat merasa sedih, marah, atau bingung, apa yang paling sering Anda lakukan? (Bermain game/Berolahraga/Menyendiri/Curhat/Menulis/Menggambar/Mewarnai/Lainnya)
3. Bagaimana perasaan Anda ketika melihat teman-teman dengan kondisi keluarga yang utuh? (Iri/Sedih/Marah/Senang/Biasa saja)
4. Apakah Anda pernah merasa kesulitan untuk mengungkapkan perasaan Anda kepada orang lain (misalnya orang tua, teman, dan lainnya)? (Ya/Tidak/Kadang-kadang)
5. Mengapa Anda merasakan hal tersebut?

E. Metode Ekspresi Diri

1. Apakah Anda pernah mencoba *diary*/jurnal pribadi? (Ya/Tidak)
2. Apakah Anda pernah mencoba menggambar atau membuat karya seni? (Ya/Tidak)

3. Apakah Anda pernah mencoba menulis karya bernuansa puitis? (Ya/Tidak)
4. Jika Anda pernah mencoba aktivitas di atas bagaimana rasanya? (Merasa lebih baik dan lega/Ada sedikit perubahan baik/Tidak merasa ada perubahan/Masih merasa sedih, marah, bingung setelah mencoba/Emosi semakin buruk, Tidak pernah melakukan aktivitas di atas/Lainnya)
5. Apa bentuk media ekspresi yang paling nyaman buat Anda? (Menulis/Menggambar/Melukis/Mewarnai/Berbicara/Fotografi/Lainnya)

F. Desain Buku Interaktif

1. Jika ada sebuah buku interaktif yang bisa membantu Anda mengekspresikan perasaan, mana yang paling menarik bagi Anda? (Desain visual yang menarik/Ruang untuk menulis/Ruang untuk menggambar/Ruang untuk menempel foto/Teks motivasi dari ahli/Lainnya)
2. Apa yang Anda harapkan dari sebuah buku interaktif yang dapat membantu Anda menghadapi *broken home*?
3. Jika Anda bisa menyampaikan pesan untuk orang tua Anda, apa yang ingin Anda katakan?
4. Apa harapan terbesar Anda untuk masa depan, terutama terkait keluarga dan diri sendiri?

3.3.3 Studi Eksisting

Studi eksisting dilakukan dengan mempertimbangkan buku interaktif yang memiliki desain dan topik yang serupa dengan penelitian ini. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan evaluasi maupun saran dari penelitian sebelumnya untuk diterapkan pada penelitian ini. *Output* dari studi eksisting yang diharapkan adalah perbandingan kelebihan dan kekurangan dari buku interaktif yang dirancang oleh KETEMU Project yaitu *Mental Health Journal* dan *Self-Talk Journal*. Buku tersebut akan dibahas lebih lanjut dengan menggunakan analisis SWOT.

3.3.4 Studi Referensi

Studi referensi merupakan langkah untuk mendapatkan acuan dari buku kreatif yang akan dibuat. Adanya studi referensi diharapkan dapat memberi gambaran desain untuk penelitian yang sedang dilakukan. Harapannya kualitas buku interaktif yang dihasilkan dapat digunakan sesuai dengan tujuannya bagi subjek penelitian yaitu remaja dari keluarga *broken home*. Studi referensi akan dilakukan pada buku *Wreck This Journal*.

