

BAB III

METODOLOGI PERANCANGAN

3.1 Subjek Perancangan

Berikut adalah subjek perancangan media *interactive storytelling* tentang optimalisasi fungsi memori jangka pendek pada dewasa awal:

1. Demografis
 - a) Jenis Kelamin: Pria dan wanita
 - b) Usia: 18-25 tahun, terutama mahasiswa

Rentang usia 18-25 tahun termasuk ke dalam Generasi Z. Selaras dengan hal tersebut, hasil survei yang dilakukan oleh APJII (2025) menunjukkan bahwa Generasi Z merupakan kelompok dengan penetrasi internet tertinggi kedua, yakni mencapai 87,8%. Lebih lanjut, Berita FIKES UIN Syarif Hidayatullah (2023) melaporkan hasil survei terhadap 1.000 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi Indonesia, bahwa sekitar 80% responden pernah mengalami stres berat setidaknya satu kali dalam masa perkuliahan. Hal ini berhubungan dengan topik perancangan, di mana stres menjadi faktor yang dapat menurunkan fungsi memori jangka pendek seseorang.

- c) Pendidikan: D3, S1
- d) SES: A—B

Harapan dari orang tua yang terlalu tinggi justru dapat menjadi tekanan dan beban psikologis bagi mahasiswa. Hasil studi Suniya Luthar, yang dikutip oleh Aryani dari Liputan6 (2025), menunjukkan bahwa standar akademik tinggi yang ditetapkan dan dipaksakan oleh orang tua dapat membatasi kebebasan mahasiswa dalam menentukan jalan hidupnya, khususnya bagi mereka yang berasal dari keluarga mapan. Jika kondisi ini terus berlangsung, maka dapat menimbulkan stres dan kelelahan mental bagi

mahasiswa. Selain itu, hasil riset Dihni dari Databoks (2021) juga menunjukkan bahwa kelompok SES A dan B memperoleh indeks literasi digital lebih tinggi dibandingkan kelompok SES lainnya.

2. Geografis: Area Jakarta dan Bandung

Secara geografis, penulis memfokuskan target perancangan di area Jakarta dan Bandung. Berdasarkan laporan *The Least and Most Stressful Cities Index* yang dilansir oleh CNN Indonesia (2022), Jakarta menjadi salah satu kota dengan tingkat stres tertinggi di dunia. Lebih lanjut, hasil riset yang dilakukan oleh DetikJabar (2020) juga menunjukkan bahwa 74% atau 2.968 mahasiswa di Bandung mengalami stres, dengan 7% diantaranya mengalami stres berat.

3. Psikografis

- a) Dewasa awal yang mengalami penurunan fungsi memori jangka pendek, seperti kesulitan mengingat informasi baru atau mudah lupa akibat stres.
- b) Dewasa awal yang kurang percaya diri dengan kemampuan mengingatnya dan ingin mengoptimalkannya.
- c) Dewasa awal yang tertarik pada pengembangan diri dan efektivitas belajar.

3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Metode perancangan yang akan digunakan oleh penulis adalah *design thinking*. Menurut Kelley & Brown (2018) sebagaimana dikutip oleh Luthfi & Sukoco (2019), *design thinking* adalah sebuah pendekatan di mana manusia berperan sebagai pusat dari suatu inovasi yang dapat mengintegrasikan hal-hal yang dibutuhkan banyak orang dengan kemungkinan teknologi dan kapabilitas kesuksesan dalam bisnis (h.3). Teori dari *design thinking* ini sendiri mempunyai lima tahapan, yaitu *emphasize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *test*. Berikut merupakan penjabaran dari masing-masing tahapan yang akan penulis lakukan.

3.2.1 *Emphasize*

Pada tahap *emphasize*, penulis akan mengumpulkan data dengan wawancara, kuesioner, dan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mengetahui

kebiasaan target dan menggali lebih dalam mengenai fenomena penurunan fungsi memori jangka pendek yang dialami. Wawancara dilakukan dengan seorang profesional di bidang *neuroscience*, sementara FGD dan kuesioner ditujukan kepada target, yakni dewasa awal. Tujuan dari pendekatan ini adalah agar penulis dapat lebih berempati terhadap permasalahan yang dialami sekaligus mengidentifikasi kebutuhan target atas solusi yang efektif. Selain itu, penulis juga melakukan studi eksisting untuk menemukan masalah desain, serta studi referensi untuk mengeksplorasi gaya desain media yang sudah ada.

3.2.2 Define

Pada tahap *define*, penulis akan menganalisis data yang telah didapat dari tahap *emphathy* dan merumuskan kesimpulan permasalahan. Penulis juga membuat *empathy map*, *user persona*, dan *user journey* untuk memperjelas fokus dari target audiens perancangan. Setelah itu, penulis akan merancang *mind map* topik untuk mengelompokkan *insight* dan menguraikan hasil riset yang didapat dengan lebih rapi. Dengan perumusan masalah yang jelas dan terarah, penulis dapat menetapkan tujuan perancangan *interactive storytelling*, sekaligus menyusun strategi dan informasi yang relevan serta sesuai dengan kebutuhan target.

3.2.3 Ideate

Pada tahap *ideate*, penulis akan melakukan proses *brainstorming* dan merancang *mind map* kreatif yang disesuaikan dengan target perancangan. Tahap ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai ide kreatif untuk menemukan dan memperluas potensi solusi desain. Setelah itu, penulis menentukan *big idea* yang didapat dari proses *mind mapping*, kemudian dilanjutkan dengan pembuatan narasi (cerita) berdasarkan struktur *Freytag's Pyramid*. Penulis juga merancang *moodboard* visual dan desain karakter yang sesuai dengan *big idea* serta narasi (cerita) yang ingin disampaikan.

Sesudah menetapkan konsep dan ide kreatif media perancangan, penulis menyusun *information architecture* (IA) untuk mengorganisasikan informasi dan konten yang ada dalam *website*, serta menentukan kaitan antar halamannya. *Information architecture* yang akan dirancang ini meliputi

sitemap, flowchart, dan user flow untuk membantu dalam menggambarkan hierarki navigasi serta alur interaksi pengguna untuk mencapai tujuan tertentu.

3.2.4 Prototype

Pada tahap *prototype*, penulis merancang desain antarmuka (UI) dan interaktivitas melalui *wireframe* untuk *low-fidelity* dan *prototyping* untuk *high-fidelity*. Hasil dari *prototype* digital tersebut kemudian diuji secara internal terlebih dahulu untuk memastikan bahwa media *interactive storytelling* yang dihasilkan sesuai dengan kebutuhan target dan mampu memberikan dampak yang diharapkan.

3.2.5 Test

Pada tahap *test*, penulis akan menguji *prototype* yang sudah dikembangkan melalui dua jenis pengujian, yakni *alpha test* dan *beta test*. *Alpha test* dilakukan secara internal, sementara *beta test* ditujukan kepada target perancangan yang lebih spesifik, yakni dewasa awal khususnya mahasiswa. Tahapan ini bertujuan untuk memperoleh data terkait pengalaman serta umpan balik dari pengguna, baik yang bersifat positif maupun negatif, seperti kemudahan penggunaan maupun kendala/hambatan yang ditemui. Hasil dari kedua tahap pengujian tersebut kemudian digunakan sebagai bahan iterasi sebelum media difinalisasi.

3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan

Metode pengambilan data yang akan digunakan penulis adalah metode kualitatif dan kuantitatif (*mixed method*). Metode penelitian kualitatif lebih menekankan proses dan makna (sudut pandang dari target penelitian) (Ratnaningtyas, 2022, h.12-13), sementara metode penelitian kuantitatif lebih menekankan fenomena yang dapat diukur menggunakan teknik statistik, matematis, dan juga komputasi (Karimuddin et al., 2022, h.1).

Penulis menggunakan teknik pengumpulan data primer atau metode kualitatif melalui wawancara dengan ahli dan *Focus Group Discussion* (FGD) dengan pendekatan partisipatif. Tujuan dari teknik pengumpulan data ini adalah untuk mengetahui lebih dalam mengenai pemahaman ahli, dan pengalaman serta

kebutuhan informasi target (dewasa awal berusia 18-25 tahun) untuk mengatasi permasalahan terkait penurunan fungsi memori jangka pendek, sehingga media yang penulis rancang benar-benar efektif dan bermanfaat bagi target perancangan. Selain itu, penulis juga akan menggunakan teknik pengumpulan data sekunder atau metode kuantitatif melalui kuesioner dengan jumlah sampel mencapai 100 responden. Teknik pengumpulan data lainnya yang akan digunakan adalah studi eksisting dan studi referensi.

3.3.1 Wawancara

Wawancara merupakan bentuk interaksi langsung antara peneliti dan narasumber (subjek penelitian), dengan adanya proses tanya-jawab antara kedua pihak dan bertujuan untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam mengenai pandangan, pengalaman, serta pemikiran dari narasumber atau subjek penelitian (Iba & Wardhana, 2023, h.293). Pengumpulan data penelitian melalui wawancara akan penulis lakukan secara daring melalui aplikasi Zoom bersama narasumber profesional yang ahli dalam bidang yang berkaitan dengan fungsi kognitif manusia.

3.3.1.1 Wawancara dengan *Neuroscience Specialist*

Wawancara akan dilakukan dengan Nurfadilah Sari Febriani. Alasan penulis memilih beliau sebagai narasumber didasarkan pada keahliannya, yakni di bidang *neuroscience* (khususnya *cognition*) dan pengalamannya dalam membantu penelitian di Medical Technology IMERI FKUI. Selain itu, beliau juga menjabat sebagai *Neuroscience Specialist* sekaligus pemilik (CEO) dari PT Meegi Brain Symphony, sebuah layanan digital berbasis *neuroscience* yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup melalui pemantauan gelombang otak dan stimulasi peningkatan fungsi otak.

Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mengetahui pemahaman beliau seperti faktor penurunan memori jangka pendek pada dewasa awal, dampaknya bagi kehidupan sehari-hari, serta strategi dan upaya yang bisa dilakukan untuk mengoptimalkan fungsi memori. Hasil

yang didapat dari wawancara akan menjadi sumber acuan materi perancangan *interactive storytelling* tentang optimalisasi fungsi memori jangka pendek bagi dewasa awal. Berikut merupakan pertanyaan-pertanyaan wawancara yang akan penulis ajukan.

a. Tentang Validasi Fenomena

Tabel 3.1 Pertanyaan Wawancara Validasi Fenomena

No.	Pertanyaan	Tujuan
1.	Cukup banyak dewasa muda, khususnya mahasiswa, yang sering melupakan hal-hal sederhana, seperti mengulang pertanyaan atau kesulitan mengingat informasi baru. Menurut Anda, mengapa hal ini bisa terjadi padahal mereka masih berada di usia produktif?	Untuk memvalidasi fenomena penurunan memori jangka pendek yang terjadi pada dewasa muda.

b. Tentang Faktor Penurunan Fungsi Memori Jangka Pendek

Tabel 3.2 Pertanyaan Wawancara Faktor Penurunan Fungsi Memori

No.	Pertanyaan	Tujuan
2.	Hasil riset menyatakan bahwa <i>brain fog</i> dan stres dapat memengaruhi daya ingat seseorang. Namun, menurut Anda, adakah faktor lain, khususnya di generasi sekarang, yang mungkin belum banyak disadari?	Mengidentifikasi faktor penyebab yang relevan dengan generasi muda sekarang.
3.	Sejauh mana stres, baik akademik maupun non-akademik,	Mendapatkan data terkait hubungan penurunan fungsi memori jangka

	berkontribusi terhadap penurunan fungsi memori jangka pendek?	pendek dengan stres yang dialami target.
--	---	--

c. Tentang Dampak Penurunan Fungsi Memori Jangka Pendek

Tabel 3.3 Pertanyaan Wawancara Dampak Penurunan Fungsi Memori

No.	Pertanyaan	Tujuan
4.	Apa konsekuensi yang mungkin terjadi, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, jika kondisi penurunan memori jangka pendek ini terus diabaikan?	Memvalidasi urgensi dan mendapatkan informasi yang dapat membangun kesadaran target.

d. Tentang Strategi Mengoptimalkan Memori Jangka Pendek

Tabel 3.4 Pertanyaan Wawancara Strategi Mengoptimalkan Memori

No.	Pertanyaan	Tujuan
5.	Terdapat berbagai teknik mengingat seperti mnemonik, pembagian informasi (<i>chunking</i>), atau visualisasi. Menurut Anda, teknik mana yang efektif dan mudah diterapkan dewasa muda?	Mendapatkan informasi tentang teknik yang efektif mengoptimalkan memori jangka pendek (prioritas utama).
6.	Apakah Anda dapat memberi contoh penerapan teknik mengingat tersebut yang mudah dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari?	Mendapatkan contoh penerapan teknik untuk mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek.
7.	Apakah dewasa muda sebaiknya fokus berlatih satu teknik tertentu, atau justru dianjurkan untuk	Mendapatkan informasi mengenai jumlah teknik mengingat yang

No.	Pertanyaan	Tujuan
	memanfaatkan beberapa teknik sekaligus?	sebaiknya disampaikan pada media perancangan.
8.	Adakah kebiasaan atau upaya khusus yang efektif dilakukan dewasa muda untuk mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek seiring waktu?	Mendapatkan rekomendasi kegiatan/upaya yang membantu mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek.

e. Tentang Teknis Media Perancangan

Tabel 3.5 Pertanyaan Wawancara Teknis Media Perancangan

No.	Pertanyaan	Tujuan
9.	Apakah ada rambu-rambu khusus yang sebaiknya diperhatikan ketika mengintegrasikan pembelajaran teknik mengingat dengan pendekatan <i>interactive storytelling</i> berbasis <i>website</i> ?	Mengetahui rambu-rambu yang penting untuk diperhatikan dalam pembuatan media pembelajaran <i>interactive storytelling</i> .
10.	Adakah pesan yang ingin Anda sampaikan kepada dewasa muda terkait pentingnya mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek?	Mendapat pesan utama yang sebaiknya juga dimuat dalam media, khususnya terkait memori jangka pendek pada dewasa muda.

3.3.2 Kuesioner

Menurut N. K. Malhotra, Nuna, dan Birks (2017) sebagaimana dikutip oleh Rahman et al. (2022, hlm.173), kuesioner merupakan sebuah metode pengumpulan data yang menggunakan teknik terstruktur atas rangkaian

pertanyaan tertulis yang nantinya akan dijawab oleh para responden. Metode ini berguna untuk mengumpulkan berbagai informasi atau data subjektif responden sekaligus mendokumentasikan pengaruh yang bersifat objektif dan dapat diukur terhadap suatu permasalahan.

Pengumpulan data penelitian melalui kuesioner ini akan diisi oleh dewasa awal berusia 18-25 tahun yang sedang berkuliah dan/atau bekerja di wilayah Jakarta dan Bandung. Kuesioner akan menggunakan teknik skala likert, dengan skala 1-6 (sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, agak setuju, setuju, dan sangat setuju). Tujuan dari kuesioner ini adalah untuk mengetahui kebiasaan, gaya hidup, dan persepsi subjektif responden terkait topik yang berhubungan dengan penurunan memori jangka pendek, serta preferensi media.

a. Tentang Informasi Dasar

Tabel 3.6 Pertanyaan Kuesioner Informasi Dasar

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
1.	Usia	<i>Multiple choice</i>	18-19 tahun
			20-21 tahun
			22-23 tahun
			24-25 tahun
2.	Jenis Kelamin	<i>Multiple choice</i>	Laki-laki
			Perempuan
3.	Domisili	<i>Multiple choice</i>	Jakarta
			Bandung

b. Tentang Kebiasaan dan Gaya Hidup

Tabel 3.7 Pertanyaan Kuesioner Kebiasaan dan Gaya Hidup

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
4.	Saya sering kesulitan mengingat informasi baru/mudah lupa.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
5.	Saya sering kesulitan berkonsentrasi.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
6.	Saya sering merasa kelelahan mental.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
7.	Saya sering merasa kebingungan dengan aktivitas sehari-hari saya.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
8.	Saya sering mengerjakan beberapa aktivitas sekaligus dalam satu waktu (<i>multitask</i>).	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
9.	Pikiran saya sering dipenuhi oleh kekhawatiran yang berlebihan (<i>overthinking</i>).	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
10.	Saya sering merasa stres (baik akademik maupun non-akademik).	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
11.	Stres yang saya alami mengganggu kualitas tidur saya.	Multiple choice	Tidak mengalami stres Agak mengganggu Cukup mengganggu Sangat mengganggu

c. Tentang Persepsi Subjektif

Tabel 3.8 Pertanyaan Kuesioner Persepsi Subjektif

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
12.	Saya sering merasa bodoh dan berpikir memiliki daya ingat yang buruk.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
13.	Saya sering merasa kewalahan dengan banyaknya informasi yang harus diingat.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
14.	Penurunan daya ingat mengganggu aktivitas sehari-hari dan berdampak pada	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
	penurunan performa akademik/pekerjaan.		
15.	Saya membutuhkan metode/strategi khusus yang dapat meningkatkan kemampuan mengingat.	Skala likert	1-6 (1: Sangat Tidak Setuju, 6: Sangat Setuju).
16.	Metode mengingat manakah yang sudah Anda ketahui dan pahami?	Checkbox	Mnemonik Pembagian informasi Visualisasi Belum mengetahui metode mengingat apa pun

d. Tentang Preferensi Media

Tabel 3.9 Pertanyaan Kuesioner Preferensi Media

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
17.	Media apa yang sering Anda gunakan untuk membuka website?	Multiple choice	Desktop (PC/laptop) Mobile (handphone)
18.	Elemen apa yang menurut Anda	Checkbox	Ilustrasi Desain karakter

No.	Pertanyaan	Tipe	Kategori
	paling penting dalam <i>interactive storytelling</i> ? (Maks. 2 pilihan)		Interaksi
			Narasi/cerita

3.3.3 Focus Group Discussion

Focus Group Discussion (FGD) merupakan metode wawancara yang dilakukan kepada sekelompok orang di mana peneliti lebih berperan sebagai moderator yang memandu jalannya diskusi, bukan sekadar mengajukan pertanyaan (Hadi & Junaidi, 2020, hlm.128). Brunt (1997) yang dikutip oleh Hadi dan Junaidi (2020, hlm.128) juga menyatakan bahwa pelaksanaan FGD ditujukan untuk mengetahui lebih mendalam mengenai informasi, pengalaman, motivasi, kebutuhan, aspirasi, dan perilaku orang-orang lain.

Pengumpulan data penelitian melalui FGD ini akan dihadiri oleh 5 orang mahasiswa berusia 18-25 tahun yang berdomisili di area Jakarta dan Bandung melalui aplikasi *Zoom*. Tujuan dari FGD ini adalah untuk menggali lebih mendalam mengenai pengalaman peserta terkait fenomena mudah lupa dan stres, serta mengetahui opini, preferensi, dan ekspektasi peserta untuk media perancangan. Selain itu, FGD yang akan dilaksanakan juga menggunakan pendekatan partisipatif untuk menarik kesimpulan preferensi visual dan cerita. Berikut merupakan pertanyaan-pertanyaan yang akan penulis ajukan.

Tabel 3.10 Pertanyaan *Focus Group Discussion*

No.	Pertanyaan	Tujuan
1.	Kebiasaan lupa seperti apa yang sering kalian alami? Bagaimana kebiasaan lupa tersebut	Menggali pengalaman nyata peserta terkait

No.	Pertanyaan	Tujuan
	memengaruhi kehidupan kalian sehari-hari?	masalah memori jangka pendek.
2.	Apa yang biasanya membuat kalian stres? Seberapa besar pengaruh stres tersebut terhadap aktivitas harian kalian?	Mengetahui penyebab stres dan dampaknya pada kehidupan sehari-hari.
3.	Bagaimana cara kalian biasanya mengingat informasi yang baru saja didapat?	Mengidentifikasi teknik mengingat yang telah digunakan peserta.
4.	Pernahkah kalian menggunakan media interaktif digital untuk belajar sebelumnya? Bagaimana pengalaman kalian?	Mengetahui pengalaman peserta terkait media pembelajaran interaktif.
5.	Apa yang membuat kalian betah dan ingin terus melanjutkan membaca sebuah cerita?	Menggali motivasi peserta ketika membaca cerita.
6.	Apa yang biasanya membuat kalian berhenti atau tidak lagi tertarik melanjutkan sebuah cerita?	Menggali hal yang kurang disukai peserta ketika membaca cerita.
7.	Aktivitas <i>Card Sort</i> Partisipan diberikan kartu yang berisi beberapa jenis <i>genre</i> cerita. Seluruh partisipan kemudian diminta untuk berdiskusi dan mengurutkan berdasarkan <i>genre</i> cerita yang paling disukai hingga yang kurang disukai.	Mengetahui <i>genre</i> cerita yang disukai peserta sehingga hasil perancangan media dapat lebih sesuai dengan preferensi target.

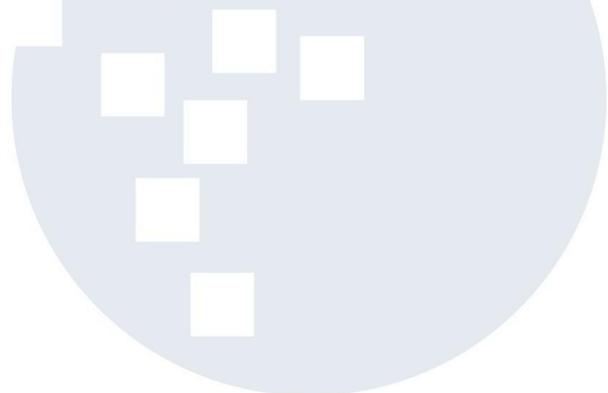
No.	Pertanyaan	Tujuan
	Isi <i>card sort</i> pertama (<i>genre</i> cerita): - Fantasi - Fiksi Ilmiah - Petualangan - Drama (<i>Coming-of-age</i>)	
8.	Isi <i>card sort</i> kedua (gaya ilustrasi): - Semi-realistic - Flat - Kartun - <i>Anime</i> (Jepang)	Mengetahui gaya ilustrasi yang sesuai dengan preferensi target.
9.	Apa harapan kalian terhadap media <i>interactive storytelling</i> berbasis <i>website</i> yang dirancang untuk membantu mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek?	Mengetahui ekspektasi peserta terkait media perancangan.

3.3.4 Studi Eksisting

Studi eksisting merupakan analisis terhadap berbagai materi yang masih memiliki relevansi dengan topik penelitian, namun untuk media yang digunakan tidak harus identik dengan media yang akan dirancang. Melalui studi eksisting ini, penulis akan meninjau terkait informasi untuk mengoptimalkan fungsi memori jangka pendek dewasa muda yang sudah ada dan dipublikasikan, seperti buku dan *website*. Sehingga, dengan mempelajari keunggulan dan kelemahan media-media tersebut, penulis dapat merancang *interactive storytelling* yang lebih efektif dan relevan.

3.3.5 Studi Referensi

Studi referensi merupakan analisis terhadap berbagai media yang memiliki relevansi terhadap media yang akan dirancang, meski topik yang dibawakan tidak memiliki keterhubungan. Melalui studi referensi ini, penulis akan meninjau gaya visual, interaksi, dan konten informasi yang digunakan pada media-media yang telah ada dan dipublikasikan. Selain itu, penulis juga akan mempelajari keunggulan dan kelemahan yang dimiliki setiap media agar dapat menemukan pengalaman penggunaan terbaik untuk dijadikan bahan referensi terhadap media yang akan dirancang.



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA