

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Psikologi adalah ilmu yang berfokus pada perilaku dan mental yang melatarbelakangi penerapan dalam kehidupan manusia. (Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI), 2008: 11). Di dunia psikologi, terdapat banyak penyakit dan masalah, dari yang ringan sampai yang berat, salah satunya adalah stres. Stres termasuk dalam kategori sakit psikologis atau psikis, sakit psikis itu sendiri mempunyai banyak sebutan, bisa disebut dengan nyeri psikologis, sakit mental ataupun sakit emosional.

Dalam psikologi secara umum stres adalah perasaan tegang dan tertekan. Stres adalah jenis rasa sakit psikis. Sakit psikis, nyeri psikis, sakit mental, atau sakit emosional adalah perasaan yang tidak menyenangkan (menderita) yang berasal dari psikologi non-fisik (Edwin S. Shneidman, 1996). Stres bisa dialami siapa saja, kapan saja, tidak peduli dari golongan manapun, terutama dari golongan mahasiswa.

Mahasiswa dalam kegiatannya pasti akan mengalami stres. Stresor atau penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan pada saat melakukan perkuliahaannya. Menurut hasil rangkuman wawancara penulis kepada Kepala Urusan Bimbingan dan Konseling Mahasiswa Telkom University, Wati Kurniawati S.E dan Ketua Lembaga Konseling Institut Teknologi Bandung, Dr. Ciptati, MS., M.Sc., mahasiswa secara umum mempunyai stressor atau penyebab stres yang sama yaitu stressor pribadi. Stressor pribadi merupakan penyebab stres yang paling tinggi dialami oleh mahasiswa pada umumnya saat melakukan kegiatan perkuliahaan.

Stressor pribadi adalah penyebab stres yang berasal dari individu itu sendiri, dalam kasus ini terdapat di diri mahasiswa itu sendiri. Stressor pribadi mempunyai banyak berkaitan dengan aspek lain yang dialami mahasiswa saat menjalani dunia perkuliahaannya, seperti berkaitan dengan aspek sosial, akademik, komunikasi,

kesehatan, tuntutan atau tanggung jawab, lingkungan atau tempat, sikap atau perilaku, dan tujuan atau cita cita yang ingin diraih.

Dampak stres yang ditimbulkan oleh stressor pribadi adalah enggan bersosialisasi, mempunyai sifat menghindari sesuatu baik secara sosial ataupun akademis, kesulitan beradaptasi dalam suatu metode pembelajaran, kondisi tubuh menurun, tertekan, gelisah, cemas, meninggalkan suatu mata kuliah, munculnya perilaku maladaptif, yang dapat diartikan sebagai tanggapan atau reaksi seseorang yang tidak sesuai dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baik badan maupun ucapannya, menurunkan perkembangan mahasiswa dalam menjalani tugas tugasnya dan yang paling parah adalah mahasiswa tersebut akan memilih untuk berhenti kuliah.

Melihat fenomena tingginya stressor pribadi dan dampak stres tersebut, penulis mencoba untuk merancang strategi komunikasi yang berdasarkan dari strategi komunikasi yang sudah ada dan banyak digunakan, yaitu perancangan strategi komunikasi bimbingan konseling. Bimbingan dan konseling adalah proses komunikasi yang diberikan oleh konselor kepada individu (konseli) melalui pertemuan tatap muka yang mempunyai hubungan timbal balik antara keduanya, konseling mempunyai kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan masalah serta mempunyai kemampuan memecahkan masalah tersebut. (Tohirin, 2013:25)

Namun, walau strategi bimbingan konseling mahasiswa sudah ada dari dulu dan banyak digunakan, proses bimbingan konseling juga mempunyai kelemahan, yaitu: data mahasiswa konseling belum terdokumentasi dengan baik, informasi konseling belum tersebar luas, masih ada kerumitan atau kendala dalam menggunakan layanan bimbingan konseling secara tradisional/offline, seperti mendaftar masih harus mengantre, mengatur jadwal bimbingan kurang fleksibel dan pengguna layanan (mahasiswa) tidak semua siap mengutarakan permasalahannya secara langsung (tatap muka).

Penulis menyadari betapa pentingnya sebuah inovasi dan ide kreatif dari suatu perancangan. Maka dari itu, penulis mencoba untuk mengembangkan strategi

komunikasi konseling tersebut ke dalam suatu media kreatif yang disesuaikan oleh perkembangan zaman modern ini, jadi tidak hanya meniru yang sudah ada.

## **1.2 Identifikasi masalah**

Dari latar belakang masalah tersebut maka masalah dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tidak terelakannya fenomena bahwa seorang mahasiswa akan mengalami stres pada suatu titik di kegiatan perkuliahannya.
2. Tingginya tingkatan stres pribadi di perkuliahaan jika dibandingkan dengan stres lain, dan jika didiamkan dampaknya akan semakin parah.
3. Proses bimbingan dan konseling masih dibutuhkan di kalangan mahasiswa, namun tidak semua mahasiswa dapat melakukannya.
4. Masih ada kerumitan dan kendala dalam menggunakan layanan bimbingan dan konseling secara tradisional/Offline
5. Dibutuhkannya sebuah pengembangan inovasi dari proses bimbingan dan konseling yang sudah ada.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

Bagaimana merancang sebuah media komunikasi modern yang dapat memudahkan mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan konseling perkuliahaan?

## **1.4 Ruang Lingkup**

Penelitian diberikan batasan agar pembahasan tidak terlalu luas dan menyimpang dari tujuan awal dilakukannya penelitian. Berikut adalah ruang lingkup yang akan dibahas:

### **1. What (Apa)**

Dirancang untuk remaja awal sampai akhir tentang mempermudah bimbingan dan konseling mahasiswa.

## **2. Siapa (*Who*)**

*Target Audience* dalam perancangan ini adalah mahasiswa yang sedang mengalami stres, terutama stres pribadi saat menjalani hari-harinya dan kegiatan perkuliahan di kota Bandung, yang secara umum berusia dari 18 sampai 30 tahun.

## **3. Di Mana (*Where*)**

Perancangan media ini dilakukan di Bandung dan pencarian data dilakukan pada 3 lembaga konseling universitas yang terakreditasi A di Bandung, yaitu Telkom University, Institut Teknologi Bandung dan Universitas Pendidikan Indonesia, sebagai sampel untuk mahasiswa secara umum (*general*)

## **4. Kapan (*When*)**

Penelitian dan pengumpulan data sudah dilakukan sejak bulan September tahun 2019.

## **5. Bagaimana (*How*)**

Merancang media komunikasi yang interaktif sebagai jembatan yang mempermudah proses bimbingan dan konseling mahasiswa terhadap konselor.

### **1.5 Tujuan Perancangan**

Adapun tujuan dari perancangan ini adalah:

1. Membuat rancangan dalam media aplikasi modern, sebagai inovasi dari bentuk bimbingan konseling yang sudah ada.
2. Menjadikan rancangan tersebut sebagai jembatan yang memudahkan mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan konseling.
3. Membantu mengentaskan berbagai macam kaitan masalah dari stress pribadi mahasiswa saat berkuliah.

## 1.6 Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh perancangan ini adalah sebagai berikut:

Pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan sebanyak-banyaknya informasi yang dibutuhkan guna memberi solusi yang tepat. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kualitatif. Metode kualitatif adalah metode yang digunakan untuk meneliti pada suatu kondisi objek yang bersifat alami, dimana peneliti tersebut sebagai instrumen utama. Hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi (Moleong, 2004:131).

1. Studi pustaka adalah proses membaca buku agar referensi yang dimilikinya semakin luas dan untuk mengisi pemahaman. Dengan studi pustaka juga dapat memperkuat perspektif lalu kemudian meletakkannya di dalam konteks. (Soewardikoen, 2013:6). Studi pustaka dilakukan peneliti terhadap teori yang berhubungan dengan perancangan desain *user interface* untuk *aplikasi mobile*, *teori warna*, *teori tipografi*, *teori layout* dan beberapa teori stress itu sendiri.
2. Wawancara terstruktur adalah wawancara yang direncanakan berdasarkan pedoman dan pertanyaan yang telah dipersiapkan terlebih dahulu (Fathoni, 2011:108). Wawancara terstruktur dalam perancangan ini dilaksanakan bersama dengan ahli Psikolog di tempat Psikolog Buah Batu, Ketua Lembaga Konseling Institut Teknologi Bandung, Kepala Urusan Bimbingan dan Konseling Mahasiswa di Universitas Telkom dan Unit Pelaksanaan Teknisi Bimbingan dan Konseling dan Pengembangan Karir Universitas Pendidikan Indonesia. Hal-hal yang ditanyakan adalah mengenai data, faktor, dan solusi mengenai mahasiswa yang mengalami stres saat masa studi perkuliahnya.

## 1.7 Metode Analisis

Dalam perancangan tugas akhir ini menggunakan metode analisis dalam proses pengerjaan tugas akhir, yaitu:

### 1. Analisis Matriks produk sejenis.

Susunan analisis matriks dapat dibentuk untuk memberi informasi berdasarkan kategori, tema, dan pola, baris pertama berisi data, berupa karya visual yang dianalisis terdiri dari beberapa kolom yang dibandingkan (Soewardikoen, 2013:51). Melalui metode analisis matriks ini perancang membandingkan desain interface beberapa aplikasi sejenis yang berbasis aplikasi mobile berdasarkan tata letak, konten, tipografi, warna, dan unsur desain lainnya, lalu melakukan penarikan kesimpulan dari hasil pengamatan yang dilakukan.

### 2. Analisis SWOT

Metode analisis Strengths, Weakness, Opportunities dan Threats (SWOT). Caranya dengan menganalisis dan memilah antara ihwal yang dapat mempengaruhi keempat aspek tersebut sebelum mengimplementasikan ke dalam matriks SWOT. Contohnya yaitu bagaimana kekuatan dapat mengambil keuntungan dari peluang yang ada, bagaimana cara mengatasi kelemahan yang berpotensi menghalangi keuntungan dari peluang yang ada, selanjutnya bagaimana kekuatan dapat menghadapi ancaman dan terakhir bagaimana mengatasi kelemahan yang dapat memicu ancaman menjadi nyata atau malah membuat ancaman baru. Dengan menggunakan metode analisis SWOT penulis berharap dapat memudahkan peneliti untuk mengetahui informasi mengenai kelebihan dan kekurangan dari topik yang diangkat

### 3. Design Thinking

Desain tidak hanya sekedar membuat suatu produk atau aplikasi yang sekiranya laku di pasaran, tetapi memiliki bentuk yang indah, menarik dan baik, atau mudah untuk dirancang saja. Desain pada saat ini adalah mengenai, menciptakan sesuatu yang diminati dan dibutuhkan oleh pengguna atau pasar. Design thinking mempunyai beberapa macam elemen penting yaitu; *People centered*. dalam tahap ini, perlu ditekankan bahwa setiap tindakan yang dilakukan berpusat pada apa yang dibutuhkan oleh user. *Highly creative*; pada tahap ini, dapat digunakan kreativitas sebebannya, tidak perlu aturan yang terlalu baku *Hands on*; pada tahap ini diperlukan beberapa

percobaan oleh tim desain, bukan hanya pembuatan teori atau sekedar gambaran di kertas. *Iterative*: pada tahap ini, proses desain dilakukan berulang-ulang untuk melakukan perkembangan dan menghasilkan sebuah aplikasi atau produk yang baik

#### 4. Model AISAS

AISAS adalah proses model berpikir yang dirancang untuk melakukan pendekatan secara efektif kepada target audiens dengan melihat perubahan *behaviour* yang terjadi, khususnya terkait dengan perkembangan dan kemajuan zaman. AISAS mempunyai singkatan dari Attention, Interest, Search, Action dan Share dimana audiens atau user yang memperhatikan produk, layanan, atau iklan (Attention) dapat menimbulkan ketertarikan (Interest) sehingga muncul minat untuk mengumpulkan informasi (Search) tentang produk tersebut. Audiens kemudian membuat keputusan secara keseluruhan berdasarkan informasi yang dikumpulkan, lalu membuat sebuah keputusan untuk melakukan proses pembelian (Action). Setelah itu, konsumen menjadi *messenger* (penyampai) informasi dengan berbicara secara mulut ke mulut kepada orang lain atau dengan mengirim ulasan atau tayangan di Internet (Sharing).

## 1.8 Kerangka Perancangan

### Latar Belakang

Stresor pribadi adalah penyebab stres yang paling tinggi dialami oleh mahasiswa pada umumnya. Penulis mencoba untuk merancang media komunikasi berdasarkan bimbingan konseling yang sudah ada. Proses bimbingan konseling juga mempunyai kelemahan, penulis mencoba untuk memberi inovasi, menanamkan ide kreatif dan mengembangkan media komunikasi bimbingan konseling tersebut.

### Identifikasi Masalah

1. Tidak terelakannya fenomena; bahwa seorang mahasiswa akan mengalami stres pada suatu poin di kegiatan perkuliahannya.
2. Tingginya tingkatan stres pribadi di perkuliahan jika dibandingkan dengan stres lain.
3. Tingginya stressor pribadi, sehingga dibutuhkan bimbingan dengan kategori tujuan pribadi.
4. Jika ditinggalkan, stres pribadi akan berdampak semakin parah..
5. Masih ada kerumitan dan kendala dalam menggunakan layanan bimbingan dan konseling secara tradisional/Offline

### Rumusan Masalah

Bagaimana merancang sebuah media komunikasi yang dapat memudahkan mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan konseling perkuliahan?

### Tujuan Perancangan

Adapun tujuan dari perancangan ini adalah:

1. Membuat rancangan aplikasi bimbingan dan konseling untuk mahasiswa Bandung.
2. Menjadikan rancangan tersebut sebagai jembatan yang memudahkan mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan konseling.
3. Membantu mengentaskan masalah stress pribadi mahasiswa saat perkuliahan..

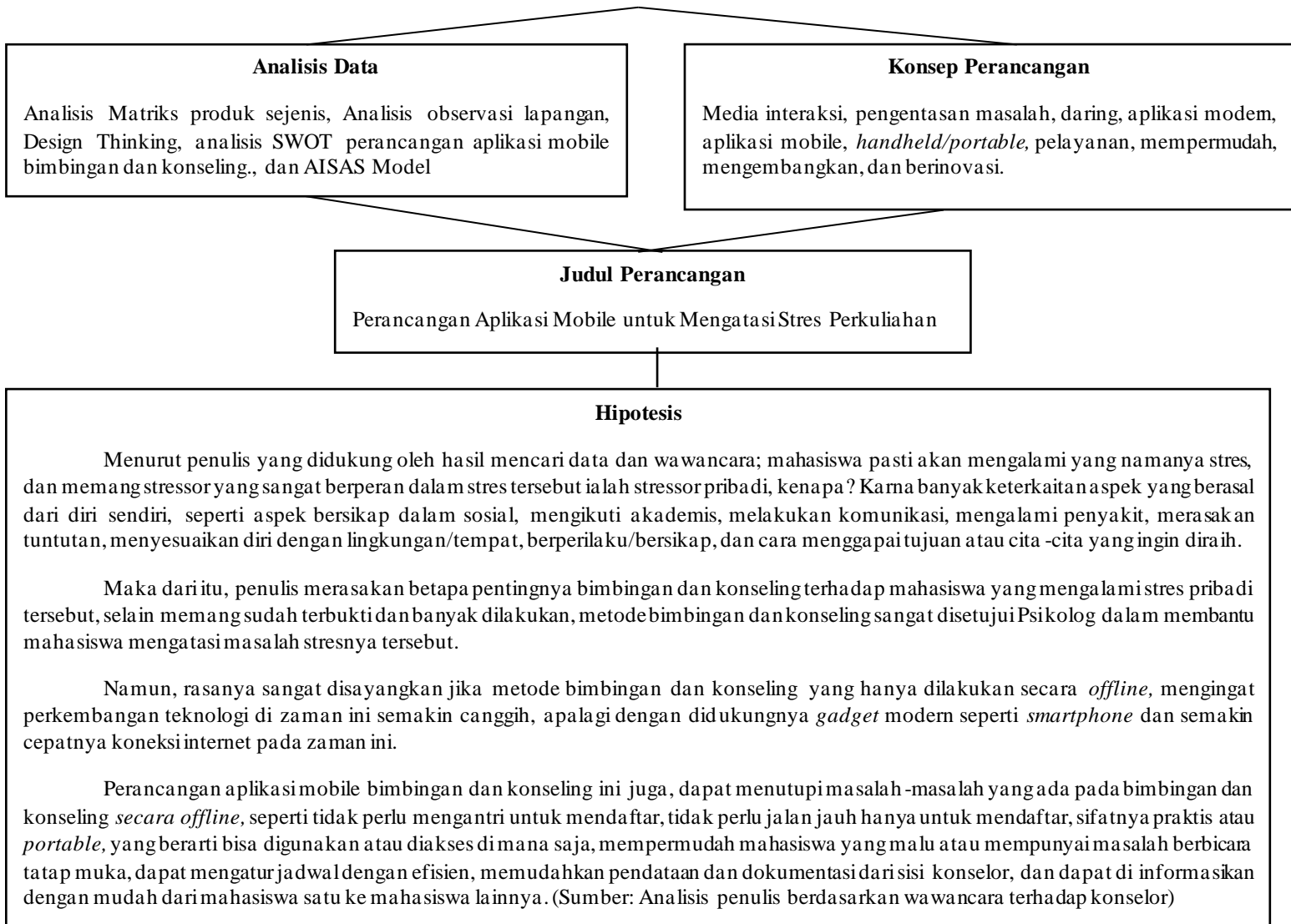
### Pengumpulan Data

Metode wawancara dan daftar pustaka.

### Teori

Aplikasi *mobile*, UI, UX, DKV, *layout*, *tipografi*, warna, Stres, Konseling, *Smartphone*.





## **1.9 Pembabakan**

### **1. Bab I Pendahuluan**

Menguraikan fenomena dari diangkatnya topik tentang perancangan aplikasi mobile konseling untuk membantu mahasiswa dalam mengentaskan masalah stres pribadi yang sedang mereka alami saat menempuh studi perkuliahaanya., dan tujuan dari pemilihan topik serta rincian cara meneliti.

### **2. Bab II Dasar Pemikiran**

Menjelaskan landasan teori yang berhubungan dengan perancang aplikasi mobile yang berguna untuk membantu dalam mengelola stres, seperti dasar pemikiran dari aplikasi mobile itu sendiri, UI, UX, branding, promosi, pemasaran, DKV, layout, tipografi, warna, serta dasar pemikiran tentang stres dan aspek disekitarnya yang dapat digunakan sebagai panduan dalam membuat perancangan.

### **3. Bab III Data dan Analisis**

Memaparkan data yang diperoleh melalui wawancara, studi pustaka dan observasi di lapangan mengenai stres di kalangan mahasiswa khususnya mahasiswa yang sedang mengalami stres pribadi, lalu dilakukan analisis masalah agar mendapatkan solusi yang tepat.

### **4. Bab IV Konsep dan Hasil Perancangan**

Berisi konsep untuk solusi dari topik tentang perancangan aplikasi mobile konseling untuk membantu mahasiswa dalam mengentaskan masalah stres pribadi yang sedang mereka alami saat menempuh studi perkuliahaanya, beserta hasil akhir dari solusi yang berupa rancangan strategi komunikasi.

### **5. Bab V**

Memuat kesimpulan dan saran.