

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Melalui penelitian yang dilakukan oleh The Indonesia National Adolescent Mental Health Survei (I-NAMHS) yang bekerjasama dengan Universitas Gadjah Mada, menyatakan bahwa 2,45 juta remaja Indonesia mengalami gangguan jiwa dalam 12 bulan terakhir terhitung dari 12 oktober 2022. Penelitian tersebut menyatakan mayoritas remaja Indonesia menderita gangguan kecemasan kombinasi fobia sosial dan gangguan kecemasan umum (Gloria, 2022).

Fobia sosial dapat disebabkan karena kurang aktivitas *outdoor* yang terlampaui sering hingga diperparah dengan mengidap fobia sosial (Medina, 2021). Remaja Indonesia yang terindikasi mengalami fobia sosial sering kali diam sehingga sulit untuk mendapatkan bantuan. Mayoritas dari mereka merupakan remaja dengan rentang umur 10 hingga 17 tahun dengan sifat percaya diri yang rendah. Bahkan beberapa dari mereka rentan menjadi korban perundungan. Jika dibiarkan dapat berakibat fatal hingga rentan untuk bunuh diri saat mengalami depresi berat (Wu, Qi, & Zhen, 2021).

Anxiety atau kecemasan merupakan suatu hal yang mungkin saja dialami oleh manusia dalam kesehariannya. Berdasarkan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-V) (American Psychiatric Association, 2013), social anxiety masuk kedalam tujuh gangguan kecemasan. Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh suatu individu yang ditandai dengan adanya rasa takut, khawatir, panik serta cemas berlebihan yang diasosiasikan dalam keadaan tidak tahu dan tidak pasti (Stein & Walker, 2001).

Social anxiety ditandai dengan perilaku yang menunjukkan ketakutan terhadap situasi sosial seperti berbicara di depan umum, senang menarik diri dari percakapan dengan orang asing, serta canggung untuk makan dan minum di depan sekelompok orang. Dikutip dari *Journal of Abnormal Child Psychology*, *social anxiety* berbeda dengan pemalu. Pemalu tidak menyebabkan seseorang mengalami masalah ketika berinteraksi sosial. *Social anxiety* dikelompokkan berdasarkan skalanya dimulai dengan skala *fearlessness*, *normal range* dan

intensitas kecemasan (*shyness*), hingga gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) (Hofmann & DiBartolo, 2001). Beberapa penderitanya mengalami gejala awal berupa pipi memerah, berkeringat, serta tangan dan suara yang gemetar.

Mereka yang memiliki *social anxiety* takut menjadi pusat perhatian dan susah mendapatkan teman. Padahal pertemanan memberikan pengaruh kuat pada masa remaja mereka (Berndt, 1992). Remaja dengan *Social Anxiety Disorder* memiliki interaksi yang terbatas dengan lingkungan sosialnya dan kurang dalam menjalin hubungan baik pertemanan maupun hubungan romantis dengan lawan jenis sehingga menyebabkan fungsi sosial mereka terganggu (Cuming, 2010).

Sangat sedikit orang dengan *social anxiety* yang pergi ke pusat rehabilitasi untuk meminta bantuan. Buruknya lagi, hampir 90% dari penderita *social anxiety* salah diagnosis. Hanya sekitar 2,6% remaja dengan masalah kesehatan mental menghubungi bantuan profesional (Erskine, et al., 2023). Mayoritas dari mereka juga merasa malu dan malas untuk mengisi kuesioner dari para psikolog maupun psikiater karena merasa tidak nyaman dan tertekan/stres (Masia Warner, 2007).

Untuk mengatasi hal ini maka dibutuhkannya sebuah alat yang dapat dijadikan media pengukuran tingkat *social anxiety* yang menyenangkan dan mudah diakses bagi anak remaja. *Game* dengan sistem *game-based assessment* untuk melakukan tes tanpa harus merasa tertekan dan diawasi oleh tenaga kesehatan. Dimana nanti aplikasi dapat menampilkan seberapa parah tingkat *social anxiety Player* sebelum agar mereka lebih sadar akan kondisi mentalnya dan membantu para psikolog menentukan *treatment* yang sesuai untuk pasien.

1.2 Perumusan Masalah

Melalui masalah yang ada adapun perumusan masalah dari penelitian ini yaitu: Apakah *game Visual Novel* ini dapat mengukur tingkat *social anxiety* remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini yaitu menciptakan aplikasi permainan untuk mengukur tingkat *social anxiety* remaja (*game-based social anxiety assessment*).

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menghasilkan aplikasi permainan yang dapat dijadikan media/alat ukur tingkat *social anxiety* remaja (*Game-like social anxiety testing*).
2. Melakukan pengujian *game Visual Novel* sebagai media/alat dalam mengukur tingkat *social anxiety* remaja yang menarik dan mudah diakses.

1.4 Pembatasan Masalah

Merancang *game Visual Novel* yang ditujukan untuk:

1. Mengukur tingkat *social anxiety* remaja. Bukan untuk mendiagnosa.
2. *Game-based assessment* ditujukan untuk remaja yang merasa memiliki gejala *social anxiety disorder*.
3. Metode pengukuran (*self-report*) yang dipakai merupakan *Liebowitz Social Anxiety Scale self-report (LSAS-SR)* yang sudah tervalidasi di Indonesia.
4. Tidak diperuntukkan menggantikan peran tenaga kesehatan/psikolog sebagai terapis terhadap pasien. *Treatment* pasien harus ditentukan oleh psikolog/psikiater.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini terdiri dari Latar Belakang, Perumusan masalah, Tujuan Penelitian, Pembatasan Masalah dan Sistematika Penulisan. Pada sub bab Tujuan Penelitian akan di pecah lagi menjadi Tujuan Umum dan Tujuan Khusus.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini menjelaskan tentang Penelitian Terdahulu, landasan Teori dan Storyboard. Pada Landasan Teori akan di jelaskan beberapa teori-teori yang ada dalam penelitian.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan tentang metode dan alat apa yang digunakan dalam penelitian dan proses perancangan.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini mencakup data dari hasil penelitian dan analisis yang dilakukan yang mengarah ke suatu kesimpulan

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menjelaskan kesimpulan dari penelitian dan saran yang dapat di manfaatkan kedepannya