

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Setiap individu memiliki kepribadian berbeda-beda yang terbentuk atas pengalaman yang mereka alami. Menurut John Dewey (1938), pengalaman adalah proses berkelanjutan yang dapat membentuk seseorang ketika berinteraksi dengan sekitarnya. Pengalaman tersebut dapat berupa positif maupun negatif, yang dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap psikologis dan emosional seseorang. Pengalaman yang menimbulkan trauma serius yang dialami seseorang antara usia 5 hingga 10 tahun dapat meninggalkan jejak mendalam pada individu (Khusnul dan Wulan, 2023).

Satir (1972) memperkirakan hanya 5-20% anak yang tumbuh dengan menerima pengasuhan yang layak—yang berarti 80-95% anak tumbuh dengan tidak menerima cinta, bimbingan, dan pengasuhan yang diperlukan untuk membentuk hubungan sehat secara konsisten dan mengenali perbuatan apa yang baik atau tidak untuk diri mereka sendiri (Satir, 1972 dikutip dalam Whitfield, 1987). Akibat dari pengasuhan tidak sehat tersebut dan luka batin di masa kecil inilah yang kerap dikenal sebagai *inner child* yang terluka. *Inner Child* adalah sebuah konsep yang menggambarkan sifat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki oleh seorang individu (Surianti, 2022). Konsep *inner child* pertama kali diperkenalkan oleh psikolog asal Swiss, Carl Gustav Jung (1875-1961)

dalam teori psikologi analitik. Jung menjelaskan bahwa *inner child* merupakan bagian dari arketipe dalam alam bawah sadar manusia dan berperan penting dalam membentuk pola pikir, emosi, serta perilaku seseorang di masa dewasa. *Inner child* yang sehat dapat memberikan kebahagiaan, rasa percaya diri, kontrol emosi yang baik, dan kreativitas dalam kehidupan seseorang (Siegel & Bryson, 2012). Namun, *inner child* yang tidak sehat dapat menjadi luka bagi individu yang merasakannya. Luka ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu ketika dewasa dalam kendali emosi, gangguan kesehatan mental, mengambil keputusan, serta menjalin hubungan dengan orang lain secara tidak sehat (Bradshaw, 1990).

Di kehidupan modern ini, banyak individu yang merasakan dan menghadapi berbagai tantangan emosional seperti *stress*, gangguan kecemasan, dan ketidakpuasan hidup—yang jika ditelusuri akar masalahnya adalah masa kecil, trauma, dan pengalaman buruk mereka di masa kecil, tetapi mereka bahkan tidak menyadari atau mengetahui akan hal itu. Minimnya pengenalan konsep tentang *inner child* kepada masyarakat juga menjadi alasan pengambilan topik ini. Terdapat beberapa media pengenalan *inner child* yang telah ada di masyarakat, seperti buku, konseling dan *workshop* psikologi, serta kampanye digital pada media sosial. Media-media tersebut dapat mengenalkan masyarakat pada *inner child*, namun hal tersebut masih bersifat pasif dan kurang melibatkan individu secara aktif dalam mengeksplorasi *inner child*. Oleh karenanya, pentingnya upaya

dalam menyelesaikan kondisi ini salah satunya menggunakan metode bermain.

Bermain dapat menjadi tempat untuk meningkatkan kreativitas seseorang, mengembangkan kemampuan komunikasi, melatih empati dan emosional, meningkatkan kemampuan kognitif, dan sarana terapi untuk psikologis (Isti'adah, 2024). Salah satu permainan yang dapat digunakan, yaitu permainan kartu. Selain menyenangkan, permainan kartu memiliki beberapa manfaat, seperti: melatih pemecahan masalah, membangun kemampuan bersosialisasi, melepas *stress*, sarana pembelajaran yang menyenangkan, dan melatih kemampuan berstrategi (Shankland, dkk., 2021). Permainan kartu sebagai media telah menunjukkan potensi besar dalam memfasilitasi interaksi sosial bagi pemain untuk mengekspresikan diri mereka. Dalam konteks *inner child*, permainan kartu bisa menjadi alat untuk mengeksplorasi sisi diri pemain yang terabaikan, yaitu sisi anak-anak yang penuh rasa ingin tahu dan kebebasan, serta mungkin saja luka yang tidak disadari.

1.2. Perkembangan Ide Penciptaan

Perkembangan ide penciptaan karya berawal dari mata kuliah studio desain dimana peneliti menggunakan media buku ilustrasi untuk membawakan konsep *inner child* dengan judul “Perancangan Buku Ilustrasi *Inner Child* Sebagai Sarana Edukasi”. Hal ini berkaitan dengan diri peneliti sendiri yang merasakan bahwa *inner child* peneliti terluka sehingga

memengaruhi sifat saat peneliti beranjak dewasa, seperti takut pada suara keras, tidak mudah percaya pada orang lain, mudah menangis, takut mengeluarkan pendapat, dan lain-lain.

Peneliti mendapat saran untuk mengubah media dari buku ilustrasi menjadi *board game* oleh dosen mata kuliah studio desain karena *board game* dapat menunjukkan interaksi antar pemain daripada media buku ilustrasi. Selain itu, *board game* juga dapat menjadi media edukasi yang lebih menarik dan dapat dimainkan bersama-sama. Setelah itu, peneliti mendapat saran kembali untuk mengubah media *board game* menjadi *card game* atau permainan kartu agar lebih sederhana dan mudah dimainkan, serta lebih dipahami oleh para pemain. Permainan kartu juga lebih mudah untuk dibawa kemana saja karena komponen permainannya yang sedikit dan kecil.

Ide utama dalam penciptaan karya ini adalah untuk membantu pemain mengeksplorasi dan memahami perasaan *inner child* dalam diri mereka, khususnya *inner child* yang terluka. Ide penciptaan karya ini peneliti salurkan dengan media permainan kartu berjudul “Mindventure”, yaitu gabungan dari kata “*Mind*” dan “*Adventure*” yang berarti petualangan pikiran. Mindventure berisi hubungan sebab-akibat di masa kecil yang dapat memengaruhi seseorang ketika ia beranjak dewasa. Mindventure memiliki premis “Kehidupanmu saat ini adalah hasil dari potongan-potongan kecil memorimu di masa lalu. Maukah kamu menyatukan semuanya dengan berbagi cerita, memberikan solusi, dan menghadapi konsekuensi emosional

untuk memahami dirimu hari ini?”. Permainan ini terdiri dari dua buah komponen, yaitu buku cerita yang berisi pengenalan tentang berbagai *inner child* terluka di dalam kartu serta kartu permainan yang terdiri dari kartu *Event* dan kartu *Solution*. Kartu *Event* berjumlah 18 buah dengan 6 buah gambar dan isi yang berbeda. Kartu ini berisi pengalaman-pengalaman tidak menyenangkan di masa kecil yang akan berimbas pada sifat ketika beranjak dewasa. Kartu *Event* juga berisi aksi atau tindakan yang harus dilakukan pemain saat mendapat kartu tersebut. Kartu *Solution* berjumlah 36 buah dengan 6 buah gambar dan isi yang berbeda. Sesuai namanya, kartu ini berisi solusi-solusi untuk mengatasi masalah atau sifat yang ditimbulkan karena *inner child* yang terluka.

1.3. Masalah Penciptaan

1. Bagaimana pengembangan konsep refleksi *inner child* dalam perencanaan permainan kartu “Mindventure” bagi remaja 18-21 tahun?
2. Bagaimana perwujudan karakteristik visual perancangan permainan kartu “Mindventure” sebagai refleksi *inner child* bagi remaja 18-21 tahun?
3. Bagaimana pengelolaan media dan teknik dalam mengolah karakteristik visual tentang refleksi *inner child* menjadi permainan kartu “Mindventure”?

1.4. Tujuan Penciptaan

1. Mengembangkan konsep refleksi *inner child* dalam perencanaan permainan kartu “Mindventure” bagi remaja 18-21 tahun.
2. Mewujudkan karakteristik visual tentang refleksi *inner child* dalam perancangan permainan kartu “Mindventure” yang cocok bagi remaja 18-21 tahun.
3. Menentukan media dan teknik dalam mengolah karakteristik visual tentang refleksi *inner child* menjadi permainan kartu “Mindventure”.

1.5. Fokus Penciptaan (*State of the Art*)

1.5.1. Aspek Konseptual

Inner Child adalah sebuah konsep yang menggambarkan sifat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki oleh seorang individu (Surianti, 2022). Trauma masa kecil yang mengakibatkan *inner child* seseorang terluka dapat menimbulkan berbagai perilaku negatif ketika dewasa, seperti tidak percaya diri, anti kritik, mudah tersinggung, takut disakiti, *anxiety*, mudah marah, dan *insecure* (Surianti, 2022). Seseorang kerap tidak menyadari bahwa *inner child*-nya terluka karena berbagai pengalaman yang dirasakan ketika kecil, bahkan ada yang belum mengetahui tentang konsep *inner child* itu sendiri. Padahal segala pengalaman yang dilakukan tiap individu di waktu kecil, secara tidak sadar akan membentuk sebuah memori bagi diri seseorang dan membentuk kepribadian orang tersebut (Bradshaw, 1990).

Penggunaan permainan kartu sebagai media untuk berkarya dengan harapan dapat memperkenalkan sebab-akibat dari pengalaman buruk di masa kecil serta bagaimana mengatasinya. Permainan kartu dapat menjadi media yang menyenangkan bagi pemain untuk mengenal dan mengeksplorasi *inner child* yang terluka, terlebih lagi jika itu ada di dalam diri pengguna.

1.5.2. Aspek Visual

a. *Subject Matter*

Perwujudan visual permainan kartu ini menggunakan tema *inner child* yang terluka. Topik ini dipilih untuk merefleksikan dan mengenalkan perilaku apa saja yang dapat menyebabkan *inner child* seseorang terluka khususnya bagi remaja perempuan usia 18-21 tahun. Setiap kartu menampilkan ilustrasi potongan-potongan memori seseorang yang menyedihkan atau membuat trauma di masa kecil yang menyebabkan *inner child*-nya terluka. Ada pula kartu yang menampilkan solusi atau bagaimana cara mengatasi trauma tersebut ketika sudah dewasa. Ilustrasi ditampilkan dengan elemen visual yang menarik, ekspresif, dan warna-warna yang kontras.

b. Struktur Visual

Permainan kartu ini menampilkan unsur-unsur rupa yang meliputi:

1) Garis

Garis digunakan untuk membentuk seluruh ilustrasi yang terdapat dalam permainan kartu ini. Kartu *Event* memiliki *layout* dengan garis terputus yang menggambarkan beberapa hal, seperti luka/kekosongan emosional/penyembuhan yang bertahap. Sedangkan Kartu *Solution* memiliki *layout* dengan garis tidak terputus yang menggambarkan rasa aman/kepercayaan diri/penyembuhan yang tercapai.

2) Bentuk

Setiap kartu memiliki bentuk persegi panjang dengan ukuran 9 x 6 cm serta buku yang berisi pengenalan permainan yang berukuran A6 (10,5 x 14,8 cm).

3) Warna

Warna yang digunakan adalah warna-warna kontras dengan kesan *fun* dan dapat berarti *gloomy* di saat yang bersamaan, yaitu: merah muda yang berarti kepolosan atau bisa menjadi kasih sayang, biru yang berarti kesedihan, ungu yang berarti trauma atau bisa menjadi refleksi diri, merah yang berarti keberanian/percaya diri atau bisa menjadi kemarahan/kekecewaan, putih yang berarti kesucian atau bisa

menjadi kekosongan, kuning yang berarti keceriaan/kegembiraan.

4) Ruang

Terdapat pengaturan ruang kosong di sisi kanan dan kiri ilustrasi pada kartu *Event* yang mencerminkan rasa sepi atau keterasingan. Pada kartu *Solution* terdapat pengaturan ruang yang padat dengan banyak orang atau elemen yang ramai untuk mewakili rasa kebahagiaan karena dikelilingi banyak orang.

c. Gaya Pribadi

Gaya ilustrasi yang digunakan peneliti dalam penciptaan ini adalah semi realis. Pemilihan gaya ilustrasi ini karena peneliti merasa gaya ilustrasi ini yang paling cocok untuk media refleksi dan pengenalan kepada pemain, terlebih untuk remaja usia 18-21 tahun.

1.5.3. Aspek Operasional

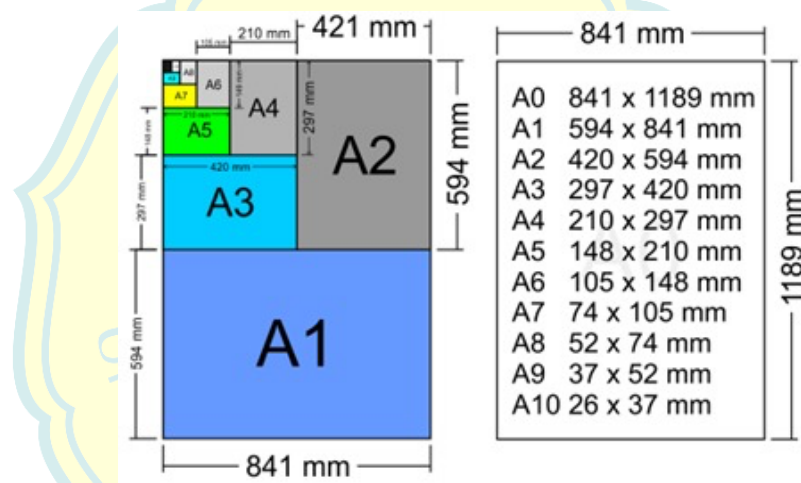
Pada aspek ini, terdapat setidaknya tiga tahap yang peneliti lakukan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Pada tahap persiapan, peneliti melakukan riset dengan studi literatur berbagai jurnal dan tulisan *website* terpercaya terkait *inner child*. Peneliti juga melakukan riset bentuk-bentuk permainan kartu yang terdapat di pasaran dan bagaimana cara memainkannya. Setelah itu peneliti melakukan magang dan berkonsultasi tentang permainan kartu dan cara bermain seperti apa yang cocok digunakan. Dari kegiatan

tersebut, peneliti akhirnya mengeksplorasi konsep dan ide cerita yang peneliti salurkan dalam penciptaan karya ini. Setelah menemui titik temu konsep, peneliti mengeksekusi ide tersebut ke tahap pelaksanaan.

Pada tahap pelaksanaan, peneliti membuat sketsa kartu-kartu yang akan dimainkan, *packaging*, sekaligus rencana warna-warna yang digunakan. Dalam tahap ini, peneliti menggunakan alat berupa laptop dan pen tablet XP-Pen, serta *software* Autodesk Sketchbook untuk menggambar, dan Figma untuk merapikan layout. Di dalam permainan kartu ini, terdapat 2 elemen permainan, yaitu: 2 jenis kartu dengan total 54 buah dan buku cerita yang berisi pengenalan awal. Kartu terdiri dari Kartu *Event* berjumlah 18 buah kartu dan Kartu *Solution* berjumlah 36 buah kartu. Kartu memiliki 12 gambar dan fungsi yang berbeda-beda sesuai dengan tata cara permainan. Buku cerita berfungsi sebagai cerita pengenalan awal tentang *inner child* yang ada dalam kartu permainan.

Pada tahap akhir, peneliti melakukan *finishing* karya dan semua aset permainan serta memeriksa kembali apakah ada kekurangan dalam karya yang dibuat. Setelah itu, peneliti melakukan pencetakan aset-aset permainan dengan dibantu oleh tenaga percetakan profesional. Peneliti menggunakan kertas art carton dengan ketebalan 310 gsm untuk mencetak kartu. Kertas ini dipilih karena ketebalannya, sehingga kartu tidak akan mudah rusak walaupun dimainkan berkali-kali. Peneliti menggunakan kertas ivory dengan ketebalan 260 gsm untuk mencetak kotak *packaging* permainan kartu. Kertas ivory dipilih karena

ketebalannya serta tekstur permukaan kertasnya yang halus. Peneliti menggunakan kertas book paper dengan ketebalan 90 gsm untuk isi buku pengenalan dan art carton 260 gsm untuk *cover* buku pengenalan. Buku dicetak dengan ukuran A6 (10,5 x 14,8 cm). Kertas book paper dipilih karena memiliki tekstur yang unik saat disentuh, seperti tekstur pada buku novel. Selain itu, kertas book paper dapat mencetak dengan warna yang tajam, sehingga tulisan terlihat dengan jelas.



Gambar 1. Panduan Ukuran Gambar

Sumber: <https://www.advernesia.com/blog/ukuran-kertas-a0-a1-a2-a3-a4-a5-a6-a7-a8-a9-a10/>

1.6. Manfaat Penciptaan

Manfaat dari permainan kartu “Mindventure” ini adalah untuk membantu pemain atau pengguna merefleksikan dan mengeksplorasi perasaan *inner child* yang terluka di dalam diri mereka. Permainan kartu ini juga dapat menjadi alternatif pemulihan non-klinis untuk individu dengan *inner child* yang terluka. Setelah membaca dan memainkan permainan kartu “Mindventure”, diharapkan dapat menciptakan nilai empati dan dukungan

sosial. Penelitian dan penciptaan permainan kartu ini juga diharapkan dapat meningkatkan literasi emosi bagi individu yang memiliki *inner child* yang terluka maupun yang sehat, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang aman dan positif. Selain itu, manfaat lain dari pembuatan permainan kartu ini antara lain:

1. Bagi Peneliti

Penciptaan karya ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk melatih dan meningkatkan *skill* peneliti dalam membuat ilustrasi, meningkatkan kreativitas peneliti, menambah pengalaman dan pengetahuan peneliti tentang topik yang peneliti ingin sampaikan, serta menjadi salah satu syarat kelulusan tugas akhir.

2. Bagi Pengguna

Penciptaan karya ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan perasaan pengguna dan memahami perasaan di dalam diri mereka dan pemain lain, sarana edukasi tentang macam-macam bentuk *inner child*, sarana untuk mengurangi stigma terhadap kesehatan mental, khususnya yang bersumber dari *inner child* yang terluka.

3. Bagi Program Studi Pendidikan Seni Rupa

Diharapkan dapat menjadi inspirasi dan referensi bagi mahasiswa Pendidikan Seni Rupa lainnya dalam mengembangkan karya seni yang berkonsep dan bermakna.

4. Bagi Ilmu Pendidikan Seni Rupa

Permainan kartu ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan memperkaya dalam pengembangan media edukasi berbasis seni yang interaktif antara penggabungan ilmu psikologi dan seni rupa



Intelligentia - Dignitas