

PERANCANGAN *BOARD GAME* EDUKATIF UNTUK MENINGKATKAN LITERASI KESEHATAN MENTAL BAGI PEMAINNYA

Livia Angelica Gunawan

Desain Komunikasi Visual, Universitas Ciputra

e-mail: langelica@student.ciputra.ac.id

ABSTRAK

Board game merupakan produk Desain Komunikasi Visual yang terdiri dari mekanisme permainan, *interface* dan aset visual lainnya, untuk menciptakan hiburan bagi pemainnya. Perkembangan *board game* di Indonesia sendiri, telah meningkat dengan sangat pesat, namun banyaknya jumlah permainan yang ada, belum berarti mereka sudah bisa memenuhi kebutuhan konsumen akan permainan yang edukatif, terutama mengenai topik kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana membuat *board game* edukatif yang dapat membantu meningkatkan literasi kesehatan mental bagi pemainnya. Untuk itu dilakukan wawancara terhadap *extreme* dan *expert user* di bidang *board game* dan kesehatan mental. Hasil dari penelitian menyimpulkan bahwa *gameplay* dari permainan, Wellbeing, yang berusaha mensimulasikan dunia nyata, jatuh dalam kategori *serious games* sehingga tidak membutuhkan target pasar yang lebih spesifik agar dapat mempresentasikan edukasinya dengan lebih akurat dan tepat sasaran.

Kata Kunci: *Board Game*, *Educational Game*, *Gameplay*, *Serious Games*, Literasi Kesehatan Mental

PENDAHULUAN

Perkembangan *board game* di Indonesia telah meningkat dengan sangat pesat dalam beberapa tahun ini sehingga Asosiasi Game Indonesia (AGI) dan pelaku industri permainan Indonesia menyelenggarakan Hari Game Indonesia (HARGAI) pada tanggal 8 Agustus 2017 (Duniaku, 8 Agustus 2017). Dari banyaknya *genre* permainan yang ada, salah satu *genre* permainan yang juga beredar di Indonesia adalah edukasi.

Tidak seperti *genre* permainan pada umumnya, permainan dengan *genre* edukasi mempunyai tujuan yang lebih dari menciptakan hiburan, yaitu untuk mengedukasi pemainnya juga. Judul-judul *board game* Indonesia yang jatuh di dalam kategori ini adalah 'Waroong Wars', dan 'Linimasa'. Kedua permainan ini mengambil sebuah topik edukasi kuliner lokal untuk 'Waroong Wars' dan sejarah untuk 'Linimasa' dan mengemasnya secara menarik dengan tampilan visual yang hidup dikombinasikan dengan berbagai macam aspek dan komponen yang kompleks. Kesuksesan dari kedua permainan ini pun telah memicu banyak pengkarya lokal lainnya untuk membuat permainan berbasis edukasinya sendiri.

Meski begitu, macam-macam topik yang diangkat dalam *board game* edukasi

Indonesia yang sudah ada, masih terbatas. Dalam acara Pameran Hari Permainan Internasional 'SPIEL 2019' di Essen, Jerman, ada 20 judul *board game* Indonesia dengan berbagai tema yang dipamerkan mulai dari Sejarah, Budaya, Kearifan Lokal, Kopi, bahkan Aksara Jawa, namun belum ada satu pun yang mengangkat topik kesehatan mental (Siswadi, 2019). Padahal data dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental emosional pada penduduk Indonesia umur 15 tahun hanya meningkat sejak tahun 2013.

Kesehatan mental sendiri menjadi salah satu syarat agar seorang individu dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan hidupnya, khususnya saat menghadapi masalah-masalah yang akan ditemui di kedepan harinya (Putri et al., 2015). Oleh karena itu, 'Wellbeing' yang merupakan produk dibawah bendera proyek Petualangan Menuju Sesuatu (@petualanganmenujusesuatu), dirancang untuk memfasilitasi aspek pembelajaran dan hiburan mulai dari anak-anak hingga remaja (usia 13-19 tahun), dengan tujuan utama yaitu untuk meningkatkan literasi kesehatan mental dan membantu membuka percakapan tentang kesehatan mental diantara pemainnya.

KAJIAN TEORI

Desain Komunikasi Visual

Desain Komunikasi Visual adalah ilmu yang mempelajari konsep komunikasi dan ungkapan daya kreatif, yang diaplikasikan dalam berbagai media komunikasi visual dengan mengolah elemen desain grafis terdiri dari gambar (ilustrasi), huruf, warna, komposisi dan *layout*. Media komunikasi visual dapat berupa desain grafis, desain iklan, hingga desain multimedia interaktif, dimana salah satunya adalah *board game*. Proses kreatif desain sendiri berawal dari mengidentifikasi permasalahan, mencari data verbal dan visual, menyusun konsep kreatif, hingga akhirnya desain yang diciptakan dapat sampai pada sebuah bentuk komunikasi verbal-visual yang fungsional, persuasif, dan komunikatif. (Tinarbuko, 2015).

Board Game

Board game didefinisikan sebagai permainan yang menggunakan papan sebagai dasar dari permainannya. Meski begitu, dalam praktek, penggunaan kata *board game* juga sering digunakan sebagai sinonim dari kata *tabletop game* atau permainan atas-meja yang mengacu pada semua permainan yang dapat dimainkan diatas meja, termasuk *card game*, *dice game*, dan *roleplaying game*. (Woods, 2012)



Gambar 1. Contoh produk *board game* Waroong Wars
Sumber: <https://boardgamegeek.com/image/4339730/waroong-wars-second-edition> | Diakses November, 2020

Literasi Kesehatan Mental

Literasi kesehatan mental adalah kemampuan seseorang untuk dapat memperoleh, memproses, dan memahami dasar informasi kesehatan mental. Literasi kesehatan mental sendiri mencakup beberapa hal yaitu (Hawes, D et al., 2019):

- kemampuan untuk mengenali gangguan kesehatan mental,
- pengetahuan dan kepercayaan tentang faktor resiko dan penyebab,
- pengetahuan tentang intervensi swadaya,
- pengetahuan dan kepercayaan tentang bantuan professional yang tersedia,
- sikap yang membantu pengenalan dan pencarian bantuan yang tepat; dan
- pengetahuan tentang bagaimana cara mendapatkan informasi kesehatan mental yang tepat.

METODOLOGI

Untuk penelitian ini, data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder.

Data Primer

Metode pengumpulan data primer dengan cara kuantitatif dengan membagikan survei kepada ke khalayak sasaran dan dengan cara kualitatif dengan cara wawancara kepada narasumber ahli (*expert user*) dan calon pengguna produk (*extreme user*).

Data Sekunder

Metode pengumpulan data sekunder dilakukan dengan cara kualitatif studi literatur mengenai *gameplay*, literasi kesehatan mental, dan potensi penggunaan *board game* sebagai sarana edukasi. Metode pengumpulan ini dilakukan secara tidak langsung dengan melengkapi data melalui studi literatur dengan sumber informasi yaitu buku dan jurnal.

Profil Narasumber

1. Adicipta Wirawan, Sebagai pembuat dari *Board Game 'Waroong Wars'*, juga pemenang dari Board Game Challenge 2015 yang diadakan oleh Kompas, dan juga sebagai anggota dari APIBGI (Asosiasi Pegiat Industri Board Game Indonesia).
2. Samuel Tan (*RWHShadow*), Sebagai *board game reviewer* dengan lebih dari 2,000 pengikut di YouTube.
3. Novensia Wongpy, S.Psi., M.Psi., Sebagai dosen Psikologi di Universitas Ciputra.
4. Enzo Fernandito, Sebagai mahasiswa Psikologi dan penggemar *board game*.
5. Edwin Soewono, Sebagai penggemar *board game*.
6. Magga Putra, Sebagai penggemar *board game*.

PEMBAHASAN

Hampir semua permainan *board game* mengajak pemainnya untuk berpikir secara kreatif, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan. Faktor edukasi ini tidak terbatas pada permainan yang dilakukan diatas meja saja tapi juga digital, namun satu hal yang membedakan adalah faktor sosial pada saat seseorang bermain dengan berhadapan langsung dengan pemain lain atau tidak.

Dengan *board game*, setiap pengambilan keputusan memiliki pengaruh dan akibat sehingga melatih simulasi kepada pemainnya. Oleh karena itu, *board game* dapat menjadi media pembelajaran yang efektif karena dapat memfasilitasi pembelajaran dengan cara yang seru dan dikombinasikan dengan visual yang menarik juga. (Septarina, 2016) Karena itu, sangat memungkinkan untuk merancang sebuah kartu dengan tujuan edukasi pengelolaan kesehatan mental.

Dalam proses perancangan prototipe permainan kartu, '*Wellbeing*', sendiri, hal yang paling penting adalah menentukan *genre* permainan, menciptakan *gameplay* yang mudah dipahami dan *interface* yang lebih meningkatkan pengalaman bermainnya (Ambarwati et al., 2018). Hasil perancangan tersebut kemudian dikomunikasikan kepada *expert user*, *extreme user*, dan sasaran pasar melalui sebuah demo video yang dipublikasikan di akun *YouTube* Petualangan Menuju Sesuatu berjudul: '*Wellbeing: A Card Game About Mental Health Management*'.

Game play yang dirancang sendiri cukup mudah dan jatuh dalam kategori permainan *co-operative* (Engelstein et al., 2019) karena mengharuskan para pemainnya berkoordinasi satu sama lain untuk mencapai kondisi kemenangan bersama yaitu 'semua pemain harus bertahan sampai semua Kartu Kehidupan habis'.



Gambar 2. Baris pertama menunjukkan prototipe Kartu Kehidupan, dan baris kedua menunjukkan

Menurut *expert user*, Samuel Tan, atau lebih dikenal sebagai *RHWShadow*, *game play* seperti ini menarik karena memiliki unsur keberuntungan yang lebih tinggi daripada unsur strategi, yang sebenarnya cukup cocok dengan pasar Indonesia. Selain itu, juga ditemukan kalau salah satu titik terkuat dari permainan kartu, '*Wellbeing*', adalah temanya sendiri yang masih jarang ditemui dalam masyarakat.

Hasil survei dimana 86% dari responden menganggap bahwa pendidikan kesehatan mental untuk anak-anak dan remaja pada jaman sekarang adalah *sangat penting*, sedangkan 14% dari responden lainnya menganggap pendidikan kesehatan mental untuk anak-anak dan remaja pada jaman sekarang adalah *penting*, juga membuktikan kalau masyarakat sudah siap untuk permainan yang seperti ini.

Melalui wawancara kepada *expert user* lainnya, Bapak Adicipta Wirawan selaku *board game designer* dan anggota APIBGI, permainan kartu '*Wellbeing*' pada saat ini jatuh dalam kategori edukasi dan *serious games* karena usahanya untuk mensimulasikan dunia nyata. *Serious games* sendiri dapat didefinisikan sebagai

permainan yang tidak memiliki “hiburan” sebagai objektif utamanya, melainkan keseimbangan antara memastikan pemain tetap termotivasi namun juga mencapai objektif serius-nya. (De Carvalho, 2016) Dalam kasus permainan kartu ‘*Wellbeing*’, objektif ini adalah peningkatan literasi kesehatan mental pemain. Melalui wawancara ini, ditemukan bahwa mekanisme, konten, gaya bahasa, dan ilustrasi dari permainan, ‘*Wellbeing*’, ternyata lebih cocok untuk remaja dan dewasa muda daripada anak-anak.

Hal ini dikonfirmasi oleh ketiga *extreme user* yang menganggap tema kesehatan mental yang diangkat oleh permainan kartu, ‘*Wellbeing*’, “cukup berat” untuk anak-anak. Di sisi lain, permainan kartu, ‘*Wellbeing*’, cocok untuk remaja dan dewasa muda karena merekalah yang paling membutuhkannya. Menurut buku *Investing in The Health And Wellbeing of Young Adults*, menjadi seorang dewasa muda datang dengan berbagai tantangan dan, tanpa dilengkapi dengan wawasan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menghadapinya, mereka menjadi rentan terhadap stres dan untuk memilih metode-metode *coping* yang tidak sehat.

Melalui mekanisme permainan, ‘*Wellbeing*’, pemain disimulasikan untuk menghadapi situasi yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental mereka, kemudian diberi kesempatan untuk mengatasi situasi-situasi tersebut melalui pilihan-pilihan dan mekanisme *coping* yang sehat. Proses ini yang terdiri dari mengidentifikasi kejadian yang menjadi *trigger* untuk emosi-emosi negatif, kemudian membangun strategi positif disekelilingnya, sendiri, merupakan bagian dari strategi *Behavioral Activation* (BA) yang digunakan oleh ahli dan profesional dalam menghadapi pasien dengan gejala gangguan depresi (McCaully et al., 2016).

Extreme user, Enzo Fernandito, yang juga merupakan mahasiswa psikologi Universitas Ciputra menanggapi mekanisme ini menarik dan dapat berperan untuk mendorong pemainnya untuk berbicara secara jujur, terbuka, dan saling berinteraksi satu sama lain. Di sini, boardgame tidak hanya hadir sebagai hiburan, tapi juga dapat menjadi sarana untuk mengangkat isu-isu penting dan memulai percakapan tentang hal-hal yang biasanya sulit dibicarakan secara terbuka. (Bowman, 2015)

Selain itu, beberapa kata kunci yang menarik lainnya yang diungkapkan adalah *immersion* dan *interaction* sebagai dua hal yang membuat sebuah permainan atas-meja menjadi menarik bagi remaja. Menurut Enzo, kedua elemen yang sudah hadir dalam permainan, ‘*Wellbeing*’, tapi belum maksimal karena situasi-situasi yang disimulasikan belum sepenuhnya *relatable* bagi pemain di setiap jenjang umur yang disasar.

Melalui wawancara dengan psikolog, Novensia Wongpy, S.Psi., M.Psi. ditemukan juga pentingnya elemen *relatability* untuk memastikan edukasi yang diperoleh dari permainan kartu, ‘*Wellbeing*’, dapat benar-benar diaplikasikan oleh pemainnya dalam kehidupan nyata, sehingga sasaran pasar yang terlalu luas hanya akan merugikan pemainnya. Sebagai contoh, selain simulasi situasi yang tidak dapat disamaratakan untuk setiap umur, pengetahuan yang dibutuhkan seseorang tentang intervensi gangguan kesehatan mental secara swadaya juga akan sangat berbeda untuk pemain dengan rentang usia 13-17 dibandingkan dengan usia 18-24.

SIMPULAN & REKOMENDASI

Potensi penyampaian edukasi melalui permainan atas-meja sangat tinggi sehingga dirancanglah permainan, 'Wellbeing', sebagai usaha untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Indonesia tentang pentingnya literasi kesehatan mental.

Pada awalnya, permainan ini dirancang untuk memfasilitasi pembelajaran dan hiburan untuk anak-anak dan remaja, namun, penelitian ini menemukan kalau permainan kartu yang mengangkat tema kesehatan mental dan berusaha mensimulasikan 'kehidupan nyata' melalui *gameplay*-nya jatuh dalam kategori *serious games*, yang, dari mekanisme, konten, gaya bahasa, dan ilustrasinya lebih cocok untuk remaja dan dewasa muda daripada anak-anak.

Meskipun permainan ini sudah berhasil dalam mengemas teori-teori psikologi positif dengan cara yang ringan dan mudah dimengerti, dan mekanisme permainannya pun sudah tepat, permainan ini masih gagal dalam pemilihan konten yang sesuai untuk target pasarnya.

Sebagai contoh, dalam permainan, 'Wellbeing', terdapat Kartu Aksi yang menampilkan mekanisme *coping*, yaitu *Call A Friend* (Menelpon Teman). Hal ini dapat diaplikasikan untuk remaja dan dewasa muda, tapi kurang cocok untuk anak-anak yang mungkin masih belum memiliki *handphone* sendiri atau lebih baik mendapatkan sumber dukungannya dari keluarga daripada teman. Di sisi lain, mekanisme *coping* ini jauh lebih relevan dan *relatable* untuk remaja yang mungkin baru saja mulai merantau jauh dari keluarga dan baru saja memulai kehidupan baru yang lebih mandiri.

Mekanisme permainan yang mensimulasikan kehidupan nyata dapat membantu pemain untuk merefleksikan hidup, sikap, dan tingkah laku pemain itu sendiri, namun, hanya jika simulasi tersebut sudah 'cukup dekat' dengan realita yang mereka jalani. Usaha awal untuk menjangkau target pasar yang luas malah menahan permainan dari potensi maksimalnya dan menghasilkan permainan yang 'terlalu dewasa' untuk anak-anak dan 'terlalu anak-anak' untuk dewasa muda, sehingga saran kedepan untuk penelitian ini dapat dilanjutkan adalah dengan cara meneliti bagaimana merancang permainan atas-meja edukatif dengan tema kesehatan mental khususnya untuk remaja dan dewasa muda yang akan mencakup *gameplay*, konten, dan desain visual.

DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati, E., Tjandrawibawa, P. (2018). MEMBUAT CARD GAME EDUKATIF YANG MENYESUAIKAN KEINGINAN KONSUMEN.

Bowman, Dean. (2015). *Rerolling Boardgames: Essays on Themes, Systems, Experiences and Ideologies*.

De Carvalho. C. V., Escudeiro. P., Coelhe, A. (2016) *Serious Games, Interaction, and Simulation*.

Engelstein, G., Shalev, I. (2019). Building Blocks of Tabletop Game Design: An Encyclopaedia of Mechanisms

Hawes, D., Dadds, M., Tully, L., (2019). Child mental health literacy: What is it and why is it important?. <https://emergingminds.com.au/resources/child-mental-health-literacy-what-is-it-and-why-is-it-important/>.

Institute of Medicine and National Research Council of The National Academies. (2015). Investing in The Health And Wellbeing of Young Adults.

Jorm AF, Korten A, Jacomb P, et al. (1997) "Mental health literacy": A survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia* 166, 182-186.

McCauley, E., Schloredt, K. A., Gudmundsen, R. G., Martell, R. C., Dimidjian, S. (2016) Behavioral Activation with Adolescents (A Clinician's Guide)

Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental). *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2).

Septarina, Aprilia Kartini, and Hadi Hadi. (2016). "PERANCANGAN BOARD GAME EDUKASI PENDIDIKAN MORAL DENGAN MENGGUNAKAN TOKOH CERITA RAKYAT NUSANTARA UNTUK USIA 13–15 TAHUN." *Rupa Rupa* 5.1. ISSN: 2086-1060

Siswadi, Anwar. (September 29, 2019). 20 Board Game Indonesia Dipamerkan di Essen SPIEL 2019 Jerman. <https://tekno.tempo.co/read/1253499/20-board-game-indonesia-dipamerkan-di-essen-spiel-2019-jerman>.

Tinarbuko, I. T. S. (2015). DEKAVE: Desain Komunikasi Visual Penanda Zaman Masyarakat Global. CAPS.

Wibowo, Arya. (Juli 22, 2016). Hari Game Indonesia (HARGAI) Mengundang Insan Industri Game untuk Ikut Berpartisipasi dengan Cara Berikut Ini. <https://www.duniaku.net/2016/07/22/pendaftaran-partisipasihargai/>.

Woods, S. (2012) EUROGAMES: The Design, Culture and Play of Modern European Board Games.