

Perancangan *Creative Tools* Berbasis Menggambar Huruf Sebagai Alat Bantu Mengatasi *Quarter-Life Crisis*

Christine Sutanto¹, Andrian Dektisa Hagijanto², Mendy Hosana Malkisedek³

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, Universitas Kristen Petra

Jl. Siwalankerto Timur 121-131, Surabaya

Email: christinesutanto25@gmail.com

Abstrak

Quarter-life crisis merupakan kondisi seseorang yang berusia 18-25 tahun mempertanyakan banyak hal mengenai masa depan. Krisis mampu mendorong seseorang menjadi lebih baik atau depresi apabila tidak diatasi dengan baik. Tidak semua mampu mengatasi *quarter-life crisis*. Hal ini dikarenakan tidak ada perbedaan sudut pandang dalam usaha-usaha menyelesaikan masalah tersebut. Maka dari itu diperlukan sebuah alat bantu untuk mengatasi *quarter-life crisis* dengan membantu melihat sebuah masalah dari berbagai sudut pandang. Salah satu cara untuk melihat sudut pandang baru adalah melakukan hal baru, seperti menggambar huruf. Metode perancangan yang digunakan dalam perancangan ini adalah wawancara, kuesioner, dan observasi guna mendapatkan data yang relevan untuk dianalisis. Diharapkan dengan adanya perancangan alat bantu ini, seseorang dapat terbantu untuk melihat *quarter-life crisis* dari berbagai sudut pandang sehingga dapat menentukan solusi terbaik.

Kata kunci: *quarter-life crisis*, *creative tools*, menggambar huruf

Abstract

Title: *Creative Tools Design Based on Drawing Letters as An Auxiliary Tool to Resolve Quarter-Life Crisis*

Quarter-life crisis is a condition of someone aged 18-25 years questioning many things about the future. The crisis can encourage a person to become better or depressed if not handled properly. Not everyone is able to overcome a quarter-life crisis. It happens because there are no different perspectives in solving the same problem. Therefore, creative tools are needed to help a person overcome quarter-life crisis by helping them see a problem from various perspectives. One of many ways to see a new perspective is doing something new, for example drawing letter. The method designed used is based on interviews, questionnaires, and observation to obtain relevant data for analysis. Hopefully the creative tools can help a person see the quarter-life crisis through various perspectives so the person can determine the best solution.

Keywords: *quarter-life crisis*, *creative tools*, *drawing letter*, *perspective*

Pendahuluan

Quarter-life crisis terjadi pada fase peralihan dari masa remaja menuju dewasa yang umumnya ditandai dengan kecemasan, ketakutan, dan krisis identitas terhadap arah hidup dan kualitas hidup (Angone, 2012). Krisis emosional memberikan dua pilihan pada seseorang: mendorong seseorang untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik dalam mencari tujuan hidup atau mengalah pada tekanan sehingga menjadi depresi. Beragam cara umum dilakukan oleh dewasa muda untuk melepaskan stres akibat *quarter-life crisis*, misalnya bertemu kawan, menulis jurnal atau diari, melakukan aktivitas yang membutuhkan gerak tubuh, melakukan hobi, mencoba hal-hal baru,

hingga mencari sosok panutan. Tetapi seseorang tetap tidak menemukan solusi karena cara-cara tersebut tidak mengubah cara berpikir dan sudut pandang terhadap masalahnya (Howard, 2019).

Untuk membantu melihat dari sudut pandang yang berbeda, dibutuhkan sebuah alat bantu yang dapat menstimulus seseorang memberikan respon berupa jawaban-jawaban (sudut pandang baru) yang membantu menemukan pemecahan masalahnya. Landasan dari pembuatan alat bantu ini adalah interaksi antara emosi dan logika secara bersamaan. Visual membangkitkan memori emosional (Schupp et. al, 2003), sedangkan teks membantu menganalisa visual dan teks itu sendiri. Proses yang terjadi secara

bersamaan ini memungkinkan pikiran untuk melihat dan menganalisa sebuah masalah dari sisi yang berbeda (Shani et. al, 2006). Menggambar tidak hanya menggambarkan kejadian saat ini, tapi juga memiliki kekuatan untuk membangkitkan memori, sarana refleksi, bahkan menemukan sudut pandang baru yang bisa membantu menemukan solusi sebuah permasalahan (Kantrowitz, 2017).

Menggambar huruf merupakan kegiatan menggambar huruf (visual) hingga membentuk sebuah huruf, kata, atau kalimat (teks). Setiap kata atau kalimat yang terbentuk mampu membangkitkan memori, perasaan, emosi. Bahkan setiap huruf bisa menjadi alat yang efektif dan membawa dampak bila digunakan dengan cara yang tepat (Schasel, 2018). Disertai dengan pertanyaan penuntun, metode ini dikemas menjadi sebuah *creative tools*. *Creative tools* merupakan alat atau metode yang digunakan untuk membantu proses kreatif terutama dalam pemecahan masalah (Sefertzi, 2000). Alat bantu ini sangat terbuka bagi siapa saja dan tidak terbatas pada talenta mau pun kemampuan. Kemungkinan pembuat karya untuk mengeksplorasi visual dan teks secara bersamaan adalah kelebihan dari menggambar huruf.

Quarter-life crisis umum terjadi terutama di kota besar seperti Surabaya. Krisis akan menimbulkan depresi apabila tidak diatasi dengan baik. Tidak semua orang mampu mengatasi *quarter-life crisis*. Hal ini karena tidak ada perbedaan sudut pandang dalam usaha-usaha menyelesaikan masalah tersebut. Maka dari itu dalam perancangan ini akan dibuat alat bantu yang dapat membantu seseorang melihat masalah dari sudut pandang yang berbeda, yaitu *creative tools* berbasis menggambar huruf sebagai alat bantu untuk mengatasi *quarter-life crisis*. Hasil akhir alat bantu berupa kartu dan buku.

Rumusan Masalah

Bagaimana merancang *creative tools* berbasis menggambar huruf sebagai alat bantu untuk mengatasi *quarter-life crisis*?

Tujuan Perancangan

Merancang *creative tools* berbasis menggambar huruf sebagai alat bantu untuk mengatasi *quarter-life crisis*.

Metode Perancangan

Metode Pengumpulan Data

Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui komunikasi secara langsung dan memberikan berbagai

pertanyaan pada narasumber mengenai topik yang bersangkutan. Wawancara dilakukan kepada narasumber yang memahami kebutuhan sasaran perancangan dan mampu membantu mengatasi *quarter-life crisis*.

Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik dalam pengumpulan data berbentuk pertanyaan dan dapat dijawab responden tanpa memerlukan kedatangan langsung narasumber. Calon responden sesuai dengan kriteria sasaran perancangan. Teknik ini digunakan untuk mengumpulkan preferensi sasaran perancangan dalam menghadapi *quarter-life crisis*.

Observasi

Observasi merupakan suatu pengamatan yang menunjukkan sebuah pembelajaran yang dilaksanakan secara sengaja dan berurutan. Observasi digunakan untuk mengumpulkan informasi mengenai alat bantu serupa.

Studi literatur

Studi literatur digunakan untuk mendapatkan informasi, dan data dengan cara mengkaji informasi melalui media cetak. Studi literatur digunakan untuk mencari informasi dan referensi alat bantu untuk membantu mengatasi *quarter-life crisis*.

Internet

Metode ini digunakan untuk mengetahui dan menggali informasi beberapa artikel, data visual, dan perancangan yang sebelumnya. Melalui internet dapat ditemui informasi penting yang disampaikan oleh masyarakat maupun ahli menanggapi *quarter-life crisis* dan menggambar huruf.

Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam perancangan ini adalah metode *5W+1H* yang meliputi *What* (Apa), *When* (Kapan), *Why* (Mengapa), *Where* (Dimana), *Who* (Siapa), dan *How* (Bagaimana). Metode ini digunakan untuk melakukan penelitian terhadap sebuah masalah yang terjadi dan informasi yang dibutuhkan untuk merancang.

Pembahasan

Quarter-Life Crisis

Menurut Robbins & Wilner (2001), istilah *quarter-life crisis* dideskripsikan sebagai kesulitan yang dirasakan oleh seseorang yang berpindah dari masa remaja ke masa dewasa dan sedang berusaha menemukan posisi dan perannya di dunia dewasa (dalam Arnett, 2007). *Quarter-life crisis* bukan sebuah penyakit, melainkan sebuah fase yang bisa jadi dialami maupun tidak oleh seseorang pada masa hidupnya dikarenakan telah melebihi kemampuan emosionalnya atau *support system*-nya dalam menghadapi sebuah kejadian atau

transisi (Herr, 1999 dalam Thorspecken, 2005). Seseorang yang sedang mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa dipaksa untuk mengikuti standar, tuntutan, dan norma yang ada di masyarakat meskipun bertentangan dengan keinginannya sendiri. Banyaknya tuntutan dari masyarakat dan banyaknya pilihan yang tersedia setelah masa *postmodern*, membuat seseorang kebingungan untuk menentukan pilihannya. Selain itu agar dapat bertahan hidup, seseorang dituntut untuk dapat bersaing dengan lebih baik. Akibatnya, seseorang menjadi stres dan merasa terbebani. Stres ini menghasilkan fase *quarter-life crisis*.

Quarter-life crisis umumnya dialami oleh *emerging adulthood* (Arnett, 2007). *Emerging Adulthood* merupakan sebuah periode di antara akhir masa remaja dan awal dewasa muda dengan fokus usia 18-25 tahun. Periode ini ditandai dengan banyaknya perubahan dan eksplorasi terhadap kemungkinan-kemungkinan arah hidup terutama dalam hal relasi (*love*), karir (*work*), dan pandangan hidup (*world-views*). Kemungkinan adanya *emerging adulthood* lebih besar terjadi di negara industri terutama bagi kelas sosial menengah hingga menengah ke atas yang memiliki kesempatan untuk melakukan banyak eksplorasi. Usia 18-25 tahun tidak menjadi patokan utama. Bisa jadi seseorang mengalami *quarter-life crisis* di luar jangka usia tersebut bergantung pada kondisi yang sedang dialami.

Ciri-ciri *quarter-life crisis* menurut Putri (2019), yaitu serba tidak tahu, memiliki terlalu banyak pilihan, tidak bisa memilih, bersikap pasrah, dan cemas. Faktor *quarter-life crisis* menurut Panchal dan Jackson (2006) disebabkan oleh 3 hal utama. Pertama, tekanan sosial seperti standar masyarakat yang semakin meningkat, dukungan dari kawan terdekat dan keluarga serta komunitas sudah tidak didapat ketika lulus sekolah. Kedua, respon emosional dan tingkah laku seperti melakukan hal-hal yang sebelumnya tidak pernah dilakukan karena menghadapi perubahan yang tidak terencana. Ketiga, tantangan tertentu seperti perubahan karir, permasalahan relasi dengan pasangan hidup, teman, dan keluarga, serta perubahan gaya hidup.

Terdapat 2 tipe utama dalam fase *quarter-life crisis* (First Direct Bank, n.d.). Pertama, *locked-in* yang meliputi realitas tidak sama dengan ekspektasi, membebaskan diri, mencoba hal baru, resolusi dan perkembangan. Kedua, *locked-out* yang meliputi bersemangat, mengulangi banyak kesalahan, refleksi, penyederhanaan dan resolusi. Dari kedua fase ini, terdapat kemiripan pada tahap ketiga dan keempat. Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* akan melakukan eksplorasi dan refleksi kemudian menyusun rencana baru sebagai usaha keluar dari *quarter-life crisis* yang sedang dihadapi.

Tidak mendapat peringatan dan tidak mengharapkan datangnya sebuah krisis membuat seseorang

menganggap kesulitan ini sebagai proses yang tidak wajar. Akibatnya, krisis ini cenderung membawa dampak yang besar karena seseorang merasa teman-teman lain tidak mengalami krisis serupa. Ditambah lagi media sosial yang membentuk persepsi remaja bahwa teman-teman sedang mengalami masa-masa indah, bukan masa krisis. Akibat krisis yang tidak terduga, seseorang bisa merasa sangat tersesat dan tidak ada yang dapat menolong melewati fase ini. Perasaan terisolasi merupakan perasaan utama yang dimiliki dan membuat seseorang enggan mencari bimbingan karena stigma yang berhubungan dengan perasaan terisolasi.

Panchal & Jackson (2007) mengembangkan model pelatihan untuk membantu mengatasi *quarter-life crisis* yang bertujuan untuk memberikan pandangan tentang manusia dari perspektif lain. Semua usia dapat menggunakan model pelatihan ini. Dimulai dengan mengidentifikasi diri dan masalah, mengidentifikasi dari mana ekspektasi berasal, memahami diri sendiri, membuat pandangan yang positif dan menarik mengenai masa depan, hingga berubah dan meninjau kembali.

Tidak hanya anak-anak, orang dewasa juga membutuhkan bermain (Earl, 2015). Konsep dasar bermain adalah permainan harus memberikan sesuatu atau penghargaan bagi pemainnya. Seorang dewasa akan tertarik pada aktivitas yang diarahkan oleh dirinya sendiri untuk memenuhi tujuannya. Kegiatan bermain memungkinkan proses belajar karena dalam bermain tekanan dan konsekuensi yang dirasakan pemain lebih sedikit. Dari latar belakang yang unik inilah, bermain membuat seseorang termotivasi untuk mengejar aktivitas yang mengarah pada eksplorasi, terutama aktivitas yang dapat memenuhi tujuannya.

Creative Tools

Creative tools merupakan benda yang digunakan untuk menantang asumsi, mengenal pola, melihat kemungkinan dan perspektif baru, membuat koneksi antara dua hal yang berhubungan atau tidak berhubungan sama sekali, mengambil risiko, serta memaksimalkan kesempatan dan membuka kemungkinan akan solusi-solusi kreatif. *Creative tools* didesain untuk membantu seseorang menemukan perspektif yang baru serta membantu merancang solusi dari sebuah masalah.

Karakteristik yang diperlukan oleh peserta serta alat bantu ini sendiri adalah (Vidal, 2006): Terbuka, memungkinkan melihat berbagai masalah dan solusi; Fleksibel, kemampuan untuk memproses ide atau obyek ke dalam banyak cara; Orisinal, keluar dari rutinitas berpikir yang biasa digunakan; Elaborasi, memungkinkan memperdalam dan memperluas masalah maupun solusi.

Terdapat 3 jenis *creative tools* (Vidal, 2006). Pertama, *brainstorming* yang bertujuan untuk membuat daftar

ide yang bisa digunakan untuk mengembangkan solusi dari sebuah masalah. Teknik ini umumnya aman digunakan karena peserta merasa nyaman mengasosiasikan ide satu dengan lainnya dibandingkan memikirkan solusi-solusi baru. Kedua, *mind mapping* yang merupakan alat verbal dan visual yang digunakan untuk membuat struktur dari sebuah situasi kompleks secara melingkar dan meluas dalam proses pemecahan masalah. *Mind map* dapat digunakan setelah *brainstorming*. Gambar, warna, ikon, dan teks dapat dikombinasikan untuk mengilustrasikan ide secara menyeluruh. Ketiga, *synectics* yang merupakan pengembangan dari *brainstorming*, yaitu cara memecahkan masalah dengan analogi atau metafor (Gordon, 1961). Membantu peserta untuk merombak pola pikir dan mempelajari konsep baru.

Langkah-langkah dasar untuk mendukung kesuksesan pemecahan masalah (Osborn, 1953): mengidentifikasi masalah, mengumpulkan fakta, memahami masalah, mengumpulkan ide, menentukan solusi, dan membuat rencana tindakan.

Penggunaan *creative tools* dapat didukung dengan adanya fasilitator. Fasilitator adalah seseorang yang membuat proses menjadi lebih mudah, yang menggiring sebelum, saat, dan sesudah pertemuan untuk mencapai tujuan kelompok tersebut (Vidal, 2006). Fasilitator hadir untuk memastikan proses berlangsung dengan produktif baik saat mencari ide baru maupun mendiskusikan ide. Fasilitator tidak diharuskan dalam proses, namun ditujukan untuk mendukung proses.

Menggambar Huruf

Menggambar huruf tidak terlepas dari kegiatan menggambar. Menggambar bukan sebuah kemampuan langka yang hanya dimiliki oleh para profesional, tetapi sebagai alat untuk mempelajari hal lainnya (Dowd, 2018). Menggambar merupakan sebuah sarana untuk berpikir dan memproses. Delacroix (dalam Andrea Kantrowitz, 2017) menemukan bahwa menggambar memfasilitasi seseorang dalam mempelajari, memahami, dan merefleksikan pikiran serta menemukan hal-hal baru. Menggambar tidak hanya berfungsi memvisualkan kejadian saat ini, namun juga membangkitkan memori emosional yang telah terjadi (Schupp et. al, 2003). Terdapat proses timbal balik ketika menggambar antara diri dengan gambar yang dibuat, yaitu proses menggambar ke luar dan menggambar ke dalam (Kantrowitz, 2017). Proses menggambar menawarkan sebuah siklus bagi manusia untuk membuat dan membangun kembali solusi dari sebuah masalah hingga solusi terbaik ditemukan untuk memecahkan masalah.

Setiap kata atau kalimat yang dibaca atau didengar mampu membangkitkan memori, perasaan, emosi. Bahkan setiap huruf bisa menjadi alat yang efektif dan membawa dampak bila digunakan dengan cara yang

tepat (Schasel, 2018). Sebuah kata mampu membangkitkan memori yang terasosiasikan dengan kata tersebut (Friedrich-Schiller-Universität Jena, 2010).

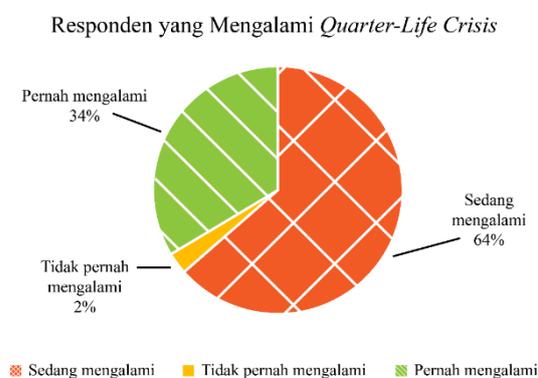
Menggambar huruf didasarkan pada ilmu *lettering*. *Lettering* merupakan kegiatan menggambar bentuk huruf (alfabet) berdasarkan menggambar teknis (bentukan huruf) yang digabungkan dengan seni (Sy, 2015). Kata dan kalimat yang diilustrasikan sering kali digunakan untuk menyampaikan sebuah pesan dengan lebih efektif dibandingkan sekedar tertulis atau diketik. *Lettering* menjadi sarana eksplorasi diri untuk menemukan pandangan baru dari sebuah kejadian.

Jenis huruf tertentu dapat menimbulkan kesan tertentu pula. Terdapat 4 jenis umum bentuk huruf (Sy, 2015): Serif, sans serif, *script*, dan dekoratif. Proses menggambar huruf meliputi pembuatan sketsa, *layout*, memberi garis luar dan pewarnaan, dan memberi hiasan. Ada berbagai jenis material sebagai opsi menggambar huruf. Material dapat disesuaikan dengan kenyamanan masing-masing, seperti pensil, *fineliner*, spidol, cat air, krayon, dan sebagainya. Media untuk menggambar juga meliputi berbagai jenis kertas seperti polos, bergaris, kotak-kotak, titik-titik.

Fakta Lapangan

Kuesioner

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form* kepada 80 responden. Data ini diambil di Surabaya periode 10-17 Maret 2020. Responden berusia 18-25 tahun baik perempuan (72,5%) maupun laki-laki (27,5%). Responden merupakan pelajar/ mahasiswa, pekerja lepas/ *freelance*, pengangguran, wirausahawan, dan karyawan. Lebih dari setengah responden sedang mengalami *quarter-life crisis* (63,7%) dan sisanya pernah melalui *quarter-life crisis* (33,8%). Terutama di bidang pekerjaan (100%), relasi (38%), dan pandangan hidup (20%).



Gambar 1. Grafik responden yang mengalami *quarter-life crisis*

Mengangkat topik karir, relasi, atau pandangan hidup dengan orang lain menjadi pilihan utama bagi responden (75%). Melakukan solusi yang terpikirkan saat itu atas masalahnya menjadi aksi terbanyak kedua untuk mengatasi *quarter-life crisis* (58%). Responden juga terbuka untuk melakukan hal baru seperti berolahraga, mencari hobi baru, pergi ke tempat baru, dan sebagainya (41%).

Ketika berusaha mencari tahu atau membahas *quarter-life crisis*, kenyamanan responden sangat dipengaruhi oleh lawan bicara. Ketika lawan bicara memahami keadaan responden atau sedang mengalami krisis serupa, responden merasa aman dan nyaman untuk membahas masalahnya.

Wawancara

Wawancara dilakukan untuk mengumpulkan data mengenai proses menggunakan *creative tools* baik sebagai fasilitator maupun peserta. Narasumber adalah Victor Diaz, pelatih dan fasilitator yang sudah berpengalaman memberikan pelatihan pengembangan diri pada anak muda. Mengenai *creative tools*, narasumber menyatakan bahwa fungsi utama *creative tools* adalah mempermudah proses pemecahan masalah. *Creative tools* memungkinkan terjadinya proses *breaking the pattern*, yaitu proses di mana seseorang diposisikan pada situasi yang baru di luar pola aktivitas kesehariannya. Proses *breaking the pattern* memungkinkan seseorang menemukan *insight* baru yang tidak terduga tetapi akurat sebagai solusi dari masalahnya. *Creative tools* bisa berfungsi sebagai alat utama atau sebagai pelengkap proses pelatihan. Kedua fungsi tersebut kembali kepada pengguna alat tersebut. Penggunaan *creative tools* bisa 1 orang atau grup. Seperti permainan pada umumnya, *creative tools* akan lebih baik dimainkan bersama-sama. Seperti pada proses *brainstorming*, tanya jawab, dan membagikan hasil pikiran, lawan bermain memungkinkan adanya timbal balik, masukan, dan dinamika dalam proses.

Wawancara juga dilakukan untuk mencari tahu mengenai pendekatan yang digunakan dalam *creative tools*. Wawancara dilakukan kepada Novita Widjaja, Sarjana 1 Psikologi. Pendekatan dengan kalimat saran akan lebih baik digunakan daripada kalimat perintah. Hal ini dikarenakan sifat permainan yang seharusnya tidak memberi tekanan kepada pemain. Dalam *creative tools* ini sasaran perancangan difokuskan untuk mengeksplorasi dirinya sendiri.

Observasi

Pengumpulan data mengenai *creative tools* dan proses penggunaan *creative tools* dilakukan dengan observasi dengan tujuan untuk mendapatkan *insight* mengenai masalah yang sedang dialami peserta, memahami proses mengenali potensi diri baik dari perspektif diri sendiri maupun perspektif orang lain.

Terdapat poin-poin penting mengenai *creative tools* yang didapat dari proses observasi. Pertama, tahap jeda membawa peserta ke suasana yang lebih tenang dan lebih siap membuka diri. Pertanyaan sangat dibutuhkan dalam proses ekspansi untuk menuntun peserta ke perspektif yang lebih luas dan lebih dalam. Pertanyaan tidak hanya datang dari alat itu sendiri, juga bisa dari lawan pemain.

Kedua, proses menuliskan atau menceritakan poin-poin penting membawa timbal balik bagi peserta maupun lawan pemain karena dalam keseharian peserta tidak terbiasa mengamati, merefleksikan, dan menulis atau membagikan nilai-nilai sebuah pengalaman.

Ketiga, selain sebagai sarana refleksi diri, *creative tools* mampu mempererat hubungan antar pemain. Tidak hanya peserta mengetahui cerita dan permasalahan lawan pemain, peserta mampu mengapresiasi peserta lainnya. Ini merupakan kelebihan dari *creative tools* secara umum: membangun kembali percakapan tatap muka yang lebih dalam dan lebih sensitif dari topik sehari-hari.

Keempat, tahap merencanakan tidak hanya bertujuan untuk menyusun rencana, juga sebagai alat penguatan diri untuk melakukan hal-hal yang sebelumnya diragukan akan berhasil.

Konsep Perancangan

Untuk membantu mengatasi *quarter-life crisis*, dapat dimulai dari tahap identifikasi diri dan masalah, tahap mengidentifikasi ekspektasi, tahap mendapatkan kesadaran diri, dan tahap merencanakan masa depan. Tahap-tahap ini disampaikan melalui *creative tools* yang dikemas dalam bentuk permainan agar peserta tidak merasa tertekan saat melakukan eksplorasi diri. Selain bertujuan untuk menemukan solusi baru, *creative tools* juga dapat digunakan untuk membuat rencana yang ada menjadi lebih efektif. *Creative tools* memungkinkan seseorang memproyeksikan kondisinya dan keinginannya akan masa depannya baik di bidang karir, relasi, maupun pandangan hidup. Langkah *creative tools* yaitu: mengidentifikasi masalah, mengumpulkan fakta, memahami masalah, mengumpulkan ide, menentukan solusi, dan membuat rencana tindakan.

Sasaran perancangan adalah usia 18-25 tahun yang memiliki banyak tekanan dan pilihan, memikirkan masa depan, terbuka akan perspektif, ide, masukan, dan tantangan baru, serta tidak dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri.

Dalam *creative tools* ini, visual akan membantu menstimulus seseorang melihat masalahnya dari sudut pandang yang berbeda lalu menemukan kemungkinan-

lengkung di bawah huruf T merupakan seperempat potongan dari lingkaran utuh yang melambangkan seperempat hidup. Secara keseluruhan, logo terkesan sederhana dan ramah dengan pemilihan jenis huruf sans serif dan warnanya, sesuai kesan yang ingin dibawakan LOS(T).



Gambar 6. Logo pada latar terang dan latar gelap

Elemen visual diambil dari lengkungan di bawah huruf T dalam logo, karena elemen tersebut yang membuat logo unik dan bermakna. Elemen visual ini digunakan pada berbagai media utama dan media pendukung LOS(T).

Media Utama

Media yang dirancang berupa *creative tools* yang mengombinasikan set kartu, buku panduan, buku kerja, dan buku gambar.



Gambar 7. Buku Panduan

Buku Panduan berisi panduan lengkap *creative tools* yang berisi wawasan mengenai *quarter-life crisis*, menggambar huruf, cara bermain, dan tips menggambar huruf. Buku berukuran A6 atau 10,5 cm x 14,8 cm, berisi 28 halaman.



Gambar 8. Buku Kerja

Buku Kerja berisi area menggambar, pertanyaan untuk 3 topik utama, dan area menulis jawaban. Buku ini untuk memudahkan pemain mengikuti alur permainan. Buku berukuran A5 atau 14,8 cm x 21 cm, berisi 20 halaman.



Gambar 9. Kartu Kata dan Kalimat

Kartu Kata dan Kalimat berisi kata pada bagian depan kartu, kalimat pada bagian belakang kartu. Kartu berukuran 7 cm x 7 cm, jumlah kartu adalah 33 lembar.



Gambar 10. Kartu Pertanyaan Karir, Pandangan Hidup, dan Karir

Kartu Pertanyaan Karir, Kartu Pertanyaan Pandangan Hidup, kartu Pertanyaan Relasi berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai 3 topik utama yang sering dialami dalam *quarter-life crisis*. Kartu berukuran 7 cm x 7 cm, jumlah kartu adalah 18 lembar.



Gambar 11. Kartu Pertanyaan

Kartu Pertanyaan berisi pertanyaan-pertanyaan umum untuk menggali jawaban yang lebih dalam. Kartu berukuran 7 cm x 7 cm, jumlah kartu adalah 31 lembar.



Gambar 12. Kartu Inspirasi

Kartu Inspirasi untuk membantu pemain menuangkan masalahnya dalam bentuk visual. Kartu berukuran 7 cm x 7 cm, jumlah kartu adalah 25 lembar.



Gambar 13. Buku Gambar

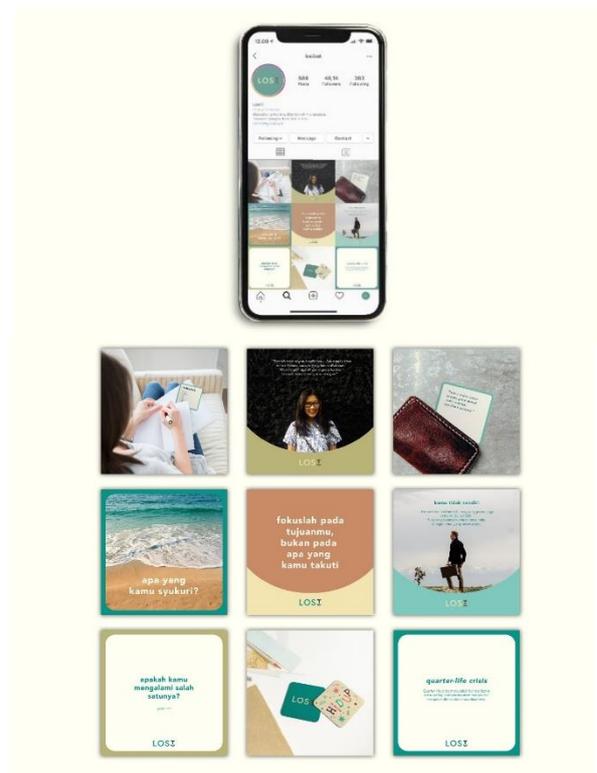
Buku Gambar berisi 40 lembar kertas gambar ukuran A5 atau 14,8 cm x 21 cm. Buku ini dapat digunakan untuk 20 – 40 kali putaran permainan bila dimainkan seorang diri. Bila lembar kerja ini sudah habis, dapat digantikan dengan kertas kosong lainnya tanpa ada ketentuan jenis, berat, dan ukuran khusus.



Gambar 14. Kemasan

Media Promosi

Media promosi utama yang digunakan adalah media sosial, yaitu Instagram. Penggunaan media promosi ini sesuai dengan karakteristik sasaran perancangan yang aktif menggunakan media sosial. Promosi melalui media sosial digunakan untuk mendapatkan *awareness* dari masyarakat, memberi pengetahuan dasar mengenai *quarter-life crisis*, memperkenalkan produk, memperlihatkan pengalaman saat bermain, dan testimoni dari para pemain yang sudah mencoba.



Gambar 15. Media promosi

Media Pendukung

Promosi dilakukan secara *offline* pada pameran universitas, kegiatan universitas, pameran tugas akhir, pameran kerja. Promosi *offline* juga dapat dilakukan dengan melaksanakan demonstrasi penggunaan *creative tools* di sekolah bersama guru bimbingan konseling, di universitas bersama dosen bimbingan konseling, dan di perkantoran.



Gambar 16. Kartu pendukung

Kartu berisi kalimat inspiratif yang dapat digunakan saat demonstrasi permainan.



Gambar 17. Notes

Notes untuk sasaran perancangan yang ikut serta dalam demonstrasi permainan.



Gambar 21. Poster

Poster berisi informasi seputar *quarter-life crisis*, produk, dan ajakan bermain.



Gambar 18. Leaflet

Leaflet berisi informasi seputar tujuan produk.



Gambar 19. Kalender

Kalender untuk sasaran perancangan memantau perkembangan diri.



Gambar 22. Banner interaktif

Media pendukung *banner* bersifat interaktif. Pada bagian atas *banner* dituliskan 'apa *quarter-life crisis* milikmu?' dan bagian tengah *banner* disediakan area bagi pengunjung untuk menulis jawaban. Media interaktif ini bertujuan agar sasaran perancangan tidak merasa sendiri dalam menghadapi *quarter-life crisis* serta menjadi pemicu untuk membuka diri mengenai masalah yang sedang dihadapi.

Evaluasi

Creative tools sudah diuji cobakan ke beberapa sasaran perancangan melalui *online video call*. Secara keseluruhan, *creative tools* mendapat respon yang baik. Selain itu *creative tools* juga menerima beberapa evaluasi: Awalan permainan terbuka selain mendengarkan musik, misalnya dengan berbincang dengan lawan pemain sebelum permainan, berdiam diri mengamati keadaan sekitar, dan sebagainya; Saat mendapat sebuah Kartu Kata dan Kalimat pemain dapat memilih antonim kata untuk memperluas sudut pandang. Begitu pula dengan Kartu Pertanyaan, pemain dapat menanyakan hal yang sebaliknya.; Bila bermain berpasangan atau kelompok, lawan pemain



Gambar 20. Stiker dan pin

Stiker dan pin yang berisi kata dan kalimat inspiratif.

dapat mengajukan pertanyaan di luar Kartu Pertanyaan untuk menggali masalah lebih dalam; Beberapa sasaran perancangan sudah menceritakan mengenai karyanya. Tapi untuk sasaran perancangan yang belum menceritakan dapat diajukan pertanyaan mengenai karyanya.

Kesimpulan

Quarter-life crisis merupakan kondisi seseorang sering mempertanyakan masa depan terutama mengenai karir, pandangan hidup, dan relasi. Kondisi ini umum dialami oleh seseorang berusia 18-25 tahun. *Quarter-life crisis* seharusnya mendorong seseorang untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* menampung tekanan dari keluarga, masyarakat, maupun diri sendiri. Masa transisi dari remaja menuju dewasa membuat seseorang kehilangan kesempatan untuk menceritakan masalah dan bertukar sudut pandang dengan orang-orang yang dulunya mudah ditemui pada masa sekolah. Maka dari itu, dibutuhkan sebuah alat bantu yang dapat mendorong seseorang untuk menceritakan masalah dan melihat masalah tersebut dari berbagai sudut pandang sehingga bisa ditemukan solusi terbaik.

Alat bantu yang dibuat berupa *creative tools* yang dikemas dalam bentuk permainan. *Creative tools* membuat sasaran perancangan keluar dari rutinitas sehari-hari dan mengenal diri lebih dalam. Dengan menggambar, seseorang mampu menuangkan perasaan, emosi, dan memori ke bentuk visual. Proses menggambar menjadi fokus utama dalam *creative tools*, bukan hasil akhir. Menggambar huruf merupakan salah satu cara yang dapat digunakan. Masalah yang dibahas diperdalam lagi dengan menjawab pertanyaan, melakukan *brainstorming*, dan *mind mapping*. *Creative tools* membangun kesan permainan yang ramah, menenangkan, dan mencerahkan untuk menyesuaikan dengan kondisi seseorang yang sedang tertekan. *Creative tools* dianggap berhasil jika pemain mampu menuliskan rencana tindakan pada bagian akhir permainan.

Media utama berbentuk set permainan berisi 4 set kartu, buku panduan, buku kerja, dan buku gambar yang dikemas dalam sebuah kotak. Media promosi secara *online* melalui media sosial sebagai media yang paling dekat dengan sasaran perancangan. Media pendukung *offline* berupa kartu inspirasi, notes, kalender, *leaflet*, stiker, pin, poster, dan *banner*.

Creative tools sudah diuji cobakan ke beberapa sasaran perancangan dan mendapat respon yang baik serta evaluasi. Dengan memainkan LOS(T), seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* terbantu untuk melihat masalah dari berbagai sudut pandang sehingga dapat memilah dan memilih solusi terbaik untuk diri sendiri.

Saran

Permainan perlu diuji coba ke lebih banyak untuk membuat alur permainan lebih nyaman bila dimainkan tanpa fasilitator baik secara individu, pasangan, atau kelompok, seperti misalnya menambahkan foto pada Buku Panduan dan *QR Code* menuju ke video yang menjelaskan cara bermain. Konten dapat ditambahkan mengenai pandangan posisi dan peran diri dalam masyarakat maupun kehidupan religi seseorang agar tidak terfokus pada diri sendiri. Konten ini dapat diwujudkan dalam bentuk pengantar pada Buku Panduan, pertanyaan, maupun kata dan kalimat. Kemungkinan untuk menambah kata, kalimat, pertanyaan, dan inspirasi masih terbuka. Untuk kemasan, dapat dicari kemasan yang lebih praktis sehingga permainan ini dapat dibawa dan dimainkan di mana saja.

Perancangan *creative tools* untuk membantu mengatasi *quarter-life crisis* bisa dikembangkan untuk sasaran perancangan di luar kota Surabaya, seperti di kota-kota besar Indonesia lainnya karena *quarter-life crisis* - umum ditemukan di kota-kota besar. Walaupun permainan ini dilakukan secara *offline*, tidak menutup kemungkinan permainan ini dikemas secara *online* untuk menjangkau lebih banyak sasaran perancangan, seperti dibuat demonstrasi secara *online*, mengadakan tanya jawab melalui media sosial, dan lain sebagainya.

Untuk perancangan selanjutnya, sasaran perancangan dapat diarahkan ke usia yang lebih muda seperti belasan tahun yang kesulitan dalam memilih bidang yang ingin ditekuni. Sasaran perancangan juga dapat diarahkan untuk para pelatih dan fasilitator pengembangan diri. Untuk metode perancangan selanjutnya dapat melakukan observasi lebih banyak dari berbagai referensi *creative tools* untuk menemukan alur permainan yang paling mudah diikuti sasaran perancangan.

Daftar Referensi

- Angone, Paul. (2012). Why Your Quarter-Life Crisis is the best thing that could have happened to you. Retrieved from https://allgroanup.com/adult/quarter-life-crisis-benefits/#disqus_thread.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2000). A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties, 55 (5), 469-480.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2007). Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For?, 1 (2), 68-73.
- Bolwerk, Mack-Andrick, Lang, Dörfler, Maihöfner. (2014). How Art Changes Your Brain: Differential Effects of Visual Art Production and Cognitive Art

Evaluation on Functional Brain Connectivity. *PLoS One*. 2014;9(12):e116548.

Cheery, K. (2020, May 28). Color Psychology: Does It Affect How You Feel? Retrieved from <https://www.verywellmind.com/the-color-psychology-of-blue-2795815>.

CHG. (2013, October 9). The Psychology of Color: How to Choose Colors For Your Home. Retrieved from <https://www.customhomegroup.com/blog/psychology-of-color/#:~:text=Earth%20tones%20are%20usually%20considered,more%20muted%20and%20flat%20colors>.

Earl, Emily Charlotte. (2015). I Still Play: Exploring Play and Creativity in Early Adulthood Amongst Science, Technology, Engineering, Arts, and Mathematics Professionals, 71.

Edwards, Betty. (1999). *The New Drawing on the Right Side of the Brain*. Canada: Penguin Putnam Inc. First Direct Bank. (n.d.). *How to Turn Your Quarter-Life Crisis Into Quarter-Life Breakthrough*. Retrieved from <https://www1.firstdirect.com/content/dam/fsdt/en/documents/pdf/quarter-life-crisis-guide.pdf>

Kandola, Aaron. (2018, October 12). What Are The Health Effects of Chronic Stress? Retrieved from <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323324.php>

Oster, Gerald D. (2004). *Using Drawings in Assessment and Therapy*. New York: Brunner-Routledge.

Panchall, S., Jackson, E. (2007). 'Turning 30' transitions: Generation Y hits quarter life, 3 (2), 46-51.

The Rebirth of CalligraphyL Beautiful Handwriting That Makes Our body and Mind Healthy and Relaxed. (n.d.). Technogym. Retrieved from <https://www.technogym.com/int/newsroom/why-calligraphy-handwriting-make-us-feel-better/>

Thorspecken, Jennifer M. (2005). Quarterlife Crisis: The Unaddressed Phenomenon, 120-126.

Stanley, Peter. (2011). 'Twenty something': The social policy and practice implications of emerging adulthood, 23(3), 51.

Sy, Abbey. (2015). *The ABC of Hand Lettering*. Mandaluyong City: Summit Books

Vidal, René Victor Valqui. (2006). Creative and Participative Problem Solving, 6 (3), 1-27.