

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan sebutan untuk seseorang yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik itu Sekolah Tinggi, Politeknik, Institut, Akademi, maupun Universitas. Menurut KBBI, mahasiswa merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi.

Berdasarkan kuesioner yang telah disebarikan kepada 86 mahasiswa, dengan menggunakan alat ukur *Perceived Stress Scale (PSS-10)* [1], ditemukan 1 mahasiswa mengalami stress ringan, 69 mahasiswa mengalami stress sedang, dan 16 mahasiswa mengalami stress berat. Hal ini bisa disebabkan karena banyak hal, diantaranya adalah tekanan sosial, ekonomi, tugas, dan keluarga.

Stres tidak dapat dihilangkan namun dapat diminimalisir. Stres harus dikelola dengan baik agar individu dapat hidup sehat baik secara fisik maupun psikologis. Agar individu dapat hidup dengan sehat baik secara fisik maupun secara psikologis, maka stress harus dikelola dengan baik [2]. Stres tersebut bisa dikelola dengan mengimplementasikan manajemen stress.

Manajemen stres bertujuan untuk menekan angka prevalensi stres. Manajemen diri adalah salah satu metode yang berdasarkan pendekatan *cognitive-behaviour therapy* untuk menjalankan praktek bantuan profesional terhadap individu. Hal tersebut ditujukan agar mereka dapat memecahkan setiap masalah dan mengembangkan potensi yang dimiliki dengan mengimplementasikan metode yang digunakan [3].

Agar memudahkan mahasiswa dalam menerapkan metode manajemen stres tersebut maka dibutuhkan media untuk mengenkannya. Namun, media video, audio, maupun media cetak sudah biasa dan diperlukan diperlukan inovasi baru yang lebih menarik. Inovasi tersebut adalah dengan menggunakan *game* simulasi [4].

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijabarkan, dengan ini dapat disimpulkan bahwa solusi yang akan dibuat dalam penelitian ini adalah dengan membuat permainan simulasi manajemen stress mahasiswa dengan menggunakan Unity3D.

### 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dapat dibuat

sebagai berikut: bagaimana membuat aplikasi permainan simulasi manajemen stress mahasiswa dengan menggunakan Unity3D pada perangkat Android.

### 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka batasan masalah dalam pembuatan skripsi ini adalah:

1. *Game* bergenre simulasi
2. *Game* berbentuk 2D
3. *Game* ini *single-player*
4. Pembuatan *game* ini menggunakan *software* Unity 2021.3.22f1.
5. Permainan dibuat untuk platform *smartphone* bersistem operasi minimal Android KitKat (versi 4.4).

### 1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah membangun permainan simulasi manajemen stres mahasiswa dengan Unity3D berbasis Android.

### 1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah mencari tahu langkah-langkah pembuatan permainan simulasi manajemen stres mahasiswa dan apa saja kebutuhan yang diperlukan untuk membuatnya. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan penelitian untuk peneliti lain dan juga sebagai referensi untuk pengembang *game* lain.

### 1.6 Sistematika Penulisan

Dalam penyusunan penelitian ini terdiri dari beberapa bab yang membahas tiap babnya saling terkait satu dengan yang lain. Adapun sistematika penulisannya sebagai berikut :

## BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan masalah, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi studi literatur sebagai referensi dan dasar-dasar teori yang digunakan untuk menunjang penelitian.

## BAB III METODE PENELITIAN

Dalam bab ini didalamnya terdapat tinjauan umum tentang objek penelitian,

analisis masalah, solusi yang ditawarkan, rancangan.

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bab ini berisikan tentang hasil dan pembahasan dari proses pembuatan permainan simulasi manajemen stres mahasiswa dengan Unity3D berbasis Android.

#### **BAB V PENUTUP**

Bab ini berisi bab akhir yang berisikan kesimpulan dan saran dari seluruh laporan.

