

## **Buku Bergambar “Self Healing” Sebagai Media Edukasi Untuk Remaja Pasuruan**

**Teguh Adi Saputra<sup>1</sup>, Faldi Hendrawan<sup>2\*</sup>**

<sup>1</sup>Desain Komunikasi Visual/Institusi Teknologi & Bisnis Asia Malang

<sup>2</sup>Desain Komunikasi Visual/Institusi Teknologi & Bisnis Asia Malang

<sup>1</sup>greatsokhi@gmail.com, <sup>2</sup>faldi.kobe@asia.ac.id

\*Penulis Korespondensi

### **ABSTRAK**

Pasuruan merupakan salah satu daerah yang memiliki banyak generasi muda bertalenta. Sebagai daerah dengan generasi muda yang berpotensi ini, Sebagai daerah dengan potensi generasi muda yang banyak, Pasuruan sangat memperhatikan edukasi terhadap kesehatan mental mereka. Namun perkembangan kesadaran akan self healing cukup lamban dikarenakan pengaruh sebagian lingkungan sosial yang kurang memperhatikan kesehatan mental dan luka batin. Faktor lainnya ialah kurangnya media edukasi mengenai self healing ini. Maka dari itu perlu dibuatkan semacam ilustrasi untuk media edukasi berupa buku bergambar, supaya remaja mengetahui bahwa luka batin dapat disembuhkan dengan self healing. Metode penelitian yang digunakan dalam melakukan penelitian ini ialah Observasi yaitu melakukan pengamatan secara langsung ke lokasi yang dituju dan melakukan wawancara bersama narasumber. Kemudian di dukung oleh studi pustaka yang bersumber dari buku dan jurnal. Proses perancangan pembuatan buku bergambar ini dimulai dari tahap Pra Produksi yang meliputi naskah dan rough layout. Untuk proses Produksi ialah proses visualisasi karakter, coloring, proses editing. Dan untuk proses pasca produksi ialah proses penyelesaian akhir, publikasi, dan pengujian.

Pengujian dilakukan melalui media kuisioner yang disebarakan kepada 30 responden remaja usia akhir untuk mengetahui seberapa baik buku ini dipahami oleh mereka. Hasil kuisioner menunjukkan bahwa buku ini dapat dipahami dengan baik. Dengan demikian buku bergambar "self healing" ini layak digunakan sebagai media edukasi bagi para remaja.

**Kata Kunci** : *Media Edukasi, buku bergambar, visualisasi karakter, self healing.*

### **ABSTRACT**

Pasuruan is an area that has many talented young people. As an area with a lot of potential for the younger generation, Pasuruan is very concerned about education on their mental health. However, the development of awareness of self-healing is quite slow due to the influence of some social environments that pay less attention to mental health and mental wounds. Another factor is the lack of educational media regarding selfhealing. Therefore, it is necessary to make some kind of illustration for educational media in the form of picture books, so that teenagers know that mental wounds can be healed by self-healing. The research method used in conducting this research is observation, namely making direct observations to the intended location and conducting interviews with resource persons. Then supported by literature study sourced from books and journals. The design process for making this picture book starts from the pre-production stage which includes the script and rough layout. For the Production process is the character visualization process, coloring, editing process. And for the Post-Production process is the process of finishing, publishing and testing.

The test was carried out through a media questionnaire which was distributed to 30 respondents of late teens to find out how well they understood this book. The results of the questionnaire show that this book can be understood well. Thus, this self-healing picture book is appropriate to be used as an educational medium for teenagers.

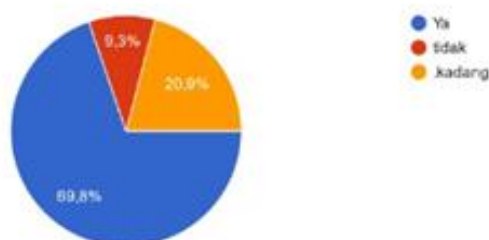
**Keywords** : *Illustrated book, media education, character visualisation, self healing.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi, dimana akan terjadi perubahan dalam diri baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Masa remaja juga menghadirkan banyak kesempatan untuk bertemu orang baru, mengunjungi tempat- tempat baru dan menemukan arahan dalam hidup tidak jarang pengaruh lingkungan dan perbedaan pendapat kerap memicu berbagai masalah yang mengganggu kesehatan mental.

Berbagai masalah yang ditemui sering berujung pada depresi yang menjadi pemicu untuk melakukan hal-hal yang merugikan kepada dirinya sendiri. Depresi adalah gangguan mental yang umumnya ditandai dengan perasaan bersalah, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, sulit tidur dan konsentrasi berkurang (Dianovinina, 2018). Berdasarkan hasil kuesioner yang dibagikan kepada 32 remaja usia 14 – 18 tahun di daerah Pasuruan menunjukan bahwa 69% mengalami gejala yang bisa menyebabkan depresi.

pernahkah anda merasa gejala seperti Merasa sedih, cemas dan hampa sepanjang waktu. Merasa tidak berharga dan dibebani rasa bersalah atau penyesalan yang dalam?  
43 jawaban



**Gambar 1** Hasil kuisisioner perasaan depresi pada remaja

Dalam wawancara yang dilakukan dengan Narasumber Dani Eka Mahendra yang pernah mengalami gejala yang mirip dengan depresi, seperti cemas, merasa bersalah dan penyesalan yang dalam sehingga menimbulkan stress yang terus menerus disimpan dan tidak diatasi. Hal tersebut berkembang dan mengganggu aktivitas seperti perasaan yang tidak terkendali bahkan mengganggu Kesehatan mental hingga timbulnya pikiran untuk bunuh diri.

Perasaan yang mengganggu remaja serta yang didapat oleh permasalahan di lingkungan sekitar sangat berdampak bagi kesehatan mental. tidak semua remaja berhasil melalui perubahan- perubahan di masa transisi dengan baik di sinilah peran penyembuhan diri sendiri sangat dibutuhkan untuk menyadarkan diri agar tidak terjadi hal yang merugikan.

Menurut (Lubis, 2009:13). Depresi adalah gangguan perasaan (afek) yang ditandai dengan afek disforik (kehilangan kegembiraan/gairah) disertai dengan gejala-gejala lain, seperti gangguan tidur dan menurunnya selera makan. Depresi biasanya terjadi saat stres yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda dan depresi yang dialami berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang.

Self-healing merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara alamiah (Salisah:2012). Berdasarkan kuesioner yang di bagikan oleh penulis kepada 32 remaja berusia 14-18 tahun didapatkan bahwa 76,5% tidak mengetahui apa itu self healing dan 96,2% remaja Pasuruan tidak tahu arti penyembuhan dari diri sendiri .

Gejala depresi pada remaja ini perlu perhatian lebih mengenai edukasi self healing dan bagaimana peran self-healing untuk menyembuhkan gejala depresi tersebut agar tidak

---

sampai berdampak buruk bagi kesehatan mental dan fisik remaja tersebut, Maka dari itu perlu dibuat media edukasi yang efektif, Salah satu media pembelajaran yang familiar kepada remaja adalah buku, namun buku yang dominan tulisan dirasa membosankan untuk dipelajari dan dimengerti sehingga penambahan gambar yang mengilustrasikan kata dan kalimat dirasa efektif juga menarik untuk proses pembelajaran pada remaja Pasuruan. Dari berbagai permasalahan diatas untuk mempermudah edukasi self healing pada remaja Pasuruan dibuatlah buku bergambar berjudul “Buku Bergambar Self Healing Sebagai Media Edukasi Untuk Remaja Pasuruan”.

## **PEMBAHASAN**

### **Desain Komunikasi Visual**

Desain Komunikasi Visual merupakan seni dalam menyampaikan informasi atau pesan dengan menggunakan Bahasa rupa/visual yang disampaikan melalui media berupa desain-desain komunikasi visual bertujuan menginformasikan, mempengaruhi, hingga mengubah perilaku target (audience) sesuai dengan tujuan yang ingin diwujudkan. Proses desain pada umumnya memperhitungkan aspek fungsi, estetika, dan berbagai aspek lainnya, yang biasanya datanya didapatkan dari riset, pemikiran, brainstorming, maupun dari desain yang sudah ada sebelumnya (Anggraini, 2014:15).

### **Kesatuan**

Kesatuan merupakan salah satu prinsip dasar yang sangat penting. Tidak adanya kesatuan dalam sebuah karya desain akan membuat karya tersebut terlihat tercerai-berai, dan kacau balau.

### **Ilustrasi**

Ilustrasi berasal dari kata bahasa latin *illustrate* yang berarti menyalakan, membuat cahaya, menerangi. Menerangi di sana, maknanya dapat diartikan sebagai “sesuatu yang menerangkan atau menjelaskan”. Ilustrasi adalah suatu seni melukis atau seni menggambar yang diabdikan untuk kepentingan hal lain, bisa jadi memberikan penjelasan atau mengiringi suatu pengertian, misalnya ilustrasi dalam cerpen Soedarso (1990, hlm.1).

### **Tipografi**

Tipografi menurut Pujiriyanto, (2005:53-66) adalah salah satu sarana untuk menerjemahkan kata-kata yang terucap ke halaman yang dapat dibaca. Peran dari tipografi adalah untuk mengomunikasikan ide atau informasi dari halaman tersebut ke pengamat. Ada 4 pengelompokan huruf menurut Kusrianto (2007:51) :

#### **A. Old style**

Huruf-huruf old style diciptakan dalam periode tahun 1470 ketika muncul huruf *Venetian* buatan seniman Venice, Aldin ciptaan Aldus Manutius dari Itali, dan Caslon di Jerman. Font yang termasuk *old style* adalah *Bembo*, *Bauer Text*, *CG Cloister*, *ITC Usherwood*, *Claren-don*, *Garamond*, *Goudy Oldstyle*, *Palatino*, dan lain-lain. Contoh huruf Oldstyle ini dapat dilihat pada gambar berikut :



**Gambar 2** Cormorant Garamond (Sumber gambar : <https://www.dafontfree.io/cormorant-garamond-font-family/>)

## B. Slab Serif

Huruf *Slab Serif* ditandai dengan bentuk serif yang tebal, bahkan sangat tebal. Contoh huruf yang termasuk golongan *Slab Serif* antara lain *fjBoton*, *Aachen*, *Calvert*, *Lubalin Graph*, *Memphis*, *Rockwell*, *Serifa Clarendon*, *Stymie*, dan lain-lain. Contoh huruf dengan ciri-ciri Slab dapat dilihat pada gambar berikut :



**Gambar 3** Slab Serif (Sumber gambar :

<https://id.pinterest.com/pin/549861435726594922/>)

## STP (Segmentasi Targeting & Positioning)

### A. Segmentasi

Menurut Kotler dan Armstrong (2008), segmentasi adalah proses pembagian pasar menjadi kelompok-kelompok yang berbeda karakteristik maupun kebutuhan. Menurut Kasali (1998), segmentasi merupakan proses mengelompokkan pasar yang heterogen kedalam satu kelompok yang memiliki karakteristik dan kebutuhan yang sama. Segmentasi dapat dikelompokkan berdasarkan demografis, geografis, psikografis, maupun perilaku utama. Segmentasi demografis dapat berupa jenis kelamin, umur, pekerjaan, pendapatan, pendidikan, agama, dan ras. Aspek geografis dapat berupa asal dan domisili segmen pasar, psikografis dapat berupa kelas sosial maupun gaya hidup, dan perilaku utama dapat berupa manfaat utama maupun reaksi segmen pasar terhadap suatu produk. Menurut Soekanto dalam Murdiyatomoko (2007:16), kelas sosial dapat dibedakan menurut kekayaan, kekuasaan, kehormatan, dan ilmu pengetahuan. Menurut Kotler dan Keller (2009:175), gaya hidup dapat dicerminkan melalui aktivitas, hobby, dan pendapat.

### B. Target

Merupakan proses evaluasi dan pemilihan beberapa segmen pasar dari hasil segmentasi (Kasali, 1998). Ada 4 macam strategi dalam menerapkan segmen pasar, yakni Undifferentiated Marketing, Differentiated Marketing, Concentrated Marketing, dan Micromarketing.

### C. Positioning

Positioning merupakan cara menempatkan produk di tempat yang jelas, berbeda, dan diinginkan oleh pangsa pasar yang dituju (Kotler dan Armstrong, 2008). Ada 3 tahap dalam menentukan positioning yakni mengumpulkan perbedaan nilai pelanggan untuk membangun posisi; memilih keunggulan kompetitif yang tepat; dan memilih keseluruhan strategi

positioning. (Kotler dan Armstrong, 2008) sendiri telah merancang sebuah proporsi nilai sebagai strategi positioning yang dapat digunakan oleh usaha.

### Depresi

Depresi adalah satu keadaan dimana terganggunya fungsi individu yang berkaitan dengan perasaan, pola tidur, nafsu makan, psiomotorik, dan konsentrasi yang menyebabkan individu memiliki rasa ingin bunuh diri (Kaplan, 2010: 68). Menurut Rathus menjelaskan bahwa depresi adalah kondisi dimana individu mengalami gangguan yang meliputi keadaan emosi, motivasi, fungsional, tingkah laku, dan kognisi. Depresi menurut Atkinson (1991: 67) adalah gangguan mood yang dicirikan dengan tidak adanya harapan dan patah hati, ketidakpercayaan, tidak mampu mengambil keputusan, tidak dapat berkonsentrasi, dan tidak memiliki semangat hidup. Hingga mencoba untuk bunuh diri.

### Remaja

Masa remaja (adolescence) adalah merupakan masa yang sangat penting dalam rentang kehidupan manusia merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju kemasa dewasa (Elizabeth B. Hurlock, 2003).

### Self-healing

Dalam praktiknya self-healing merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara ilmiah. Dalam praktiknya self healing merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara ilmiah. (Septi Ardianty Budiman, 2018).

### Software

Menurut Melwin (2007:22) Software berfungsi sebagai pengatur aktivitas kerja computer dan semua instruksi yang mengarah pada system komputer. Perangkat lunak menjembatani interaksi user dengan computer yang hanya memahami Bahasa mesin.” Software dibangun berdasarkan permintaan atau keutuhan penggunaanya.

**Tabel 1.** Deskripsi Produk

<b>Judul</b>	Renovasi diri
<b>Jenis Produk</b>	Buku bergambar
<b>Tema</b>	Self healing

### Segmentasi

Analisa perancangan karya berdasarkan pembagian *segmentation*, *targeting*, dan *positioning* karya dapat diperhatikan agar karya yang dihasilkan dapat sesuai dan diterima.

#### A. Segmentation

##### 1. Geografis

Berdasarkan kota Pasuruan, kecamatan Gondangwetan yang menjadi segmentasi pada buku ilustrasi ini adalah remaja Pasuruan yang belum mengetahui tentang self healing kondisi lingkungan remaja yang di teliti mayoritas penduduknya ramah, peduli, tahu tata krama dan saling tolong menolong. Bahasa yang digunakan sehari-hari adalah Bahasa Jawa. Berdasarkan kelas ekonomi menengah sampai menengah atas.

## 2. Psikografis

Remaja memiliki kecenderungan berkelompok Ketika menjalin pertemanan. Sering menjadi percaya diri (over confidence) dan ini Bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan orang tua.

## 3. Behavioristis

Segmentasi berdasarkan perilaku Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya mereka berperilaku dan mempunyai kesenangan berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contohnya cara berpakaian, potongan rambut, kesenangan musik yang kesemuanya harus mutakhir.

## 4. Demografis

- a. Buku ilustrasi ini ditujukan kepada remaja lokal Pasuruan dengan usia 15 - 18 tahun.
- b. Ukuran keluarga: 1 - 2, 3 - 4 orang
- c. Jenis kelamin: Laki-Laki dan Perempuan
- d. Penghasilan masih ditanggung orangtua.
- e. Pendidikan: Sekolah Menengah Atas
- f. Agama: Islam, Hindu, Kristen.
- g. Kewarganegaraan : Indonesia

## B. Targeting

Berdasarkan targetnya buku bergambar ini yaitu remaja, karena dilihat dari observasi banyak yang mengalami gejala depresi dan kurang tau tentang self healing.

## C. Positioning

Buku bergambar ini memiliki motivasi self healing yang digambarkan ilustrasi yang mendeskripsikan dari kalimat sehingga mudah di pahami oleh remaja

## Konsep Perancangan

Konsep dalam perancangan buku bergambar ini yaitu buku cetak yang mengedukasi tentang self-healing beserta gejala depresi. Buku ini bertujuan untuk mengedukasi mengenai self-healing dan bagaimana self-healing menyembuhkan luka batin yang disebabkan oleh depresi. Buku ini memiliki judul renovasi diri, kata renovasi dipilih karena memiliki makna pembangunan ulang atau perbaikan di ibaratkan bahwa bagaimana seseorang memperbaiki diri sendiri maka dari itu buku ini berjudul renovasi diri.

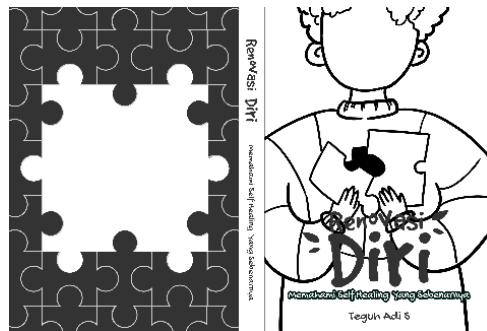
Konsep dalam perancangan ilustrasi dari buku bergambar ini menyesuaikan dengan yang ada dalam teks. Struktur dari buku bergambar ini terdiri dari cover, daftar isi dan isi yang dibagi menjadi beberapa bagian. bagian 1 mengenai pengertian depresi, gejala pada remaja, bagian 2 menjelaskan tentang pengertian self-healing, macam-macam self-healing bagi kesehatan mental, dan apa saja yang perlu dihindari saat self-healing, bagian 3 berisi

tentang kata motivasi dan kumpulan quote yang berkaitan dengan kehidupan remaja. Setiap teks digambarkan sebuah ilustrasi sebagai perluasan wawasan dan imajinasi.

**Rough Layout**

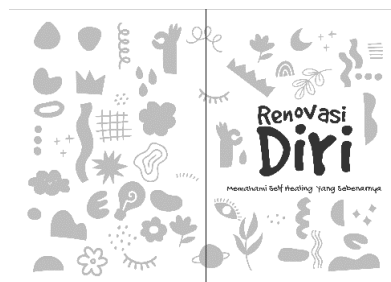
*Rough Layout* adalah tata letak pada buku bergambar, penggabungan antara teks dan ilustrasi yang sudah di konsep terlebih dahulu.

**Cover dan Sinopsis**



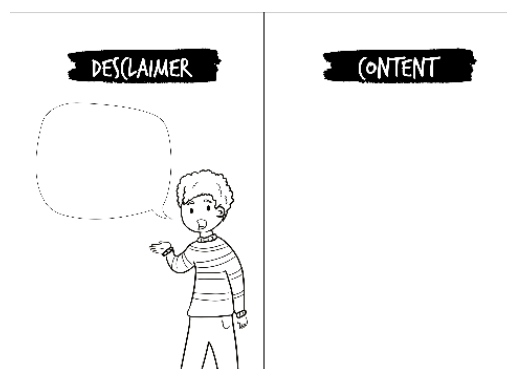
**Gambar 4** Cover dan Sinopsis

**Cover 2**



**Gambar 5** Cover 2

**Kata Sambutan dan Daftar Isi**



**Gambar 6** Kata Sambutan dan Isi

Halaman 1 dan Halaman 2



Gambar 7 Halaman 1 dan Halaman 2

Halaman 3 dan Halaman 4



Gambar 8 Halaman 3 dan Halaman 4

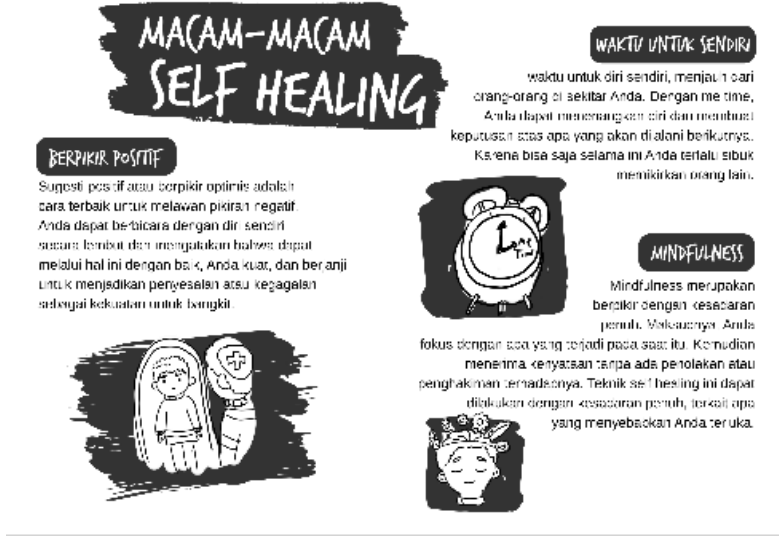
Halaman 5 dan Halaman 6



Gambar 9 Halaman 5 dan Halaman 6



Halaman 7 dan Halaman 8



Gambar 10 Halaman 7 dan Halaman 8

Halaman 9 dan Halaman 10



Gambar 11 Halaman 9 dan Halaman 10

Halaman 11 dan Halaman 12



**Gambar 12** Halaman 11 dan Halaman 12

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan melalui pengujian dengan media kuisioner yang disebarakan kepada remaja usia akhir bahwa buku bergambar ini layak sebagai media edukasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, S. Lia, dan Nathalia. Kirana. (2014)., *Desain Komunikasi Visual: Dasar-Dasar Panduan Untuk Pemula*, Bandung: Nuansa Cendikia.
- Arifin dan Kusrianto. (2009). *Sukses Menulis Buku Ajar dan Referensi*, Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Bahrien, B., & Ardianty, S. (2017). *Pengaruh Efektivitas Terapi Self Healing Menggunakan Energi Reiki terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi*. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 141-148.
- B. Hurlock, Elizabeth.(1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Daulay, Melwin Syafrizal.(2007). *Mengenal Hardware-Software dan Pengelolaan Energi Reiki Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi*, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 4, No.1, 2017, hal. 143.
- Hadi, Umar. (1998). *Memahami Desain Grafis*, Katalog Pameran Desain.
- Kusrianto. (2007). *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: Andi.
- Maslim, R. (2001). *Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III*.
- Pujiriyanto. (2005). *Desain Grafis Komputer*. Yogyakarta: Andi.
- Kotler, Philip; Armstrong, Garry, 2008. *Prinsip-prinsip Pemasaran*, Jilid 1.
- Soedarso, Sp. (1990). *Tinjauan Seni*. Yogyakarta: Saku Dayar Sarana.

- 
- Tinarbuko, Sumbo. 1998. ‘‘Memahami Tanda, Kode, dan Makna Iklan Layanan Masyarakat’’. Tesis. Bandung: ITB.
- Alexander, Lawson, (1990). *Anatomy Of Typeface, Amerika Serikat*: David R. Godine, Penerbit.
- Arikunto, S. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kusrianto, Adi. (2007). *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta. ANDI.
- Kusmiati, A, S. Pudjiastuti & P. Suptandar. (1999). *Teori Dasar Desain Komunikasi Visual*. Jakarta: Djambatan.
- Lamb, Charles W., Joseph F. Hair, Carl Mc. Daniel.(2001). *Pemasaran*. Penerjemah David Octarevia. Edisi I. Jakarta: Salemba Empat.
- Latuheru, JD. (1988). *Media Pembelajaran dalam Proses Belajar Masa kini*. Jakarta. Depdikbud
- Nazir, (2013). *Metode Penelitian*. Bogor. Ghalia Indonesia.
- Purnamawati dan Eldarni. (2001). *Media Pembelajaran*. Jakarta. Balai Pustaka.
- Rustan, Suriyanto.(2009). *Mendesain Logo*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama
- Sanyoto, Drs. Ebdj Sadjiman. (2009). *Nirmana, Elemen – elemen Seni dan Desain*. Yogyakarta. Jalasutra.
- Sudiana, Dendi. (2001). *Pengantar Tipografi*. Bandung. Rumah Produksi Dendi Sudiana.
- Supriyono, Rakhmat. (2010). *Desain Komunikasi Visual. Teori dan Aplikasi* .Yogyakarta. Penerbit Andi.
- Tinarbuko, Sumbo. (2015). *Desain Komunikasi Visual – Penada Masyarakat Global*, Yogyakarta. CAPS.