

BAB IV

KONSEP DESAIN

Perancangan buku *self help* ini dibuat untuk membantu proses penyembuhan orang yang beresiko terkena depresi mayor dapat mengenal pengertian, gejala awal dan penanganan awal dari depresi mayor, karena kebanyakan orang yang beresiko terkena depresi mayor kurang memahami resiko jangka panjang dari depresi mayor, serta masih takut untuk datang ke psikolog dan psikiater dengan alasan tertentu, seperti takut dianggap “aib” dan biaya yang mahal. Buku *self help* yang akan dirancang nantinya akan menggunakan dua metode, yaitu *expressive writing therapy* dan *art therapy* yang dikemas dengan ilustrasi semi realis sebagai pelengkap dari penjelasan yang ada di buku, sehingga pembaca dapat merasakan nyaman dalam menggunakan *self help book* ini. Maka dari itu, konsep utama yang ingin ditampilkan dalam perancangan ini adalah *self help book* dapat menjadi teman dalam proses penyembuhan dengan mengutamakan bahwa setiap orang berhak untuk bahagia sekarang dan keesokan harinya hingga seterusnya.

Dengan demikian, untuk memaksimalkan konsep utama maka diperlukannya konsep verbal dan konsep visual, sebagai berikut :

4.1 Konsep Verbal

4.1.1 Nama Perancangan

Perancangan ini memiliki nama “**Aku Berhak Bahagia, Sekarang dan Esok**” yang memiliki arti bahwa setiap orang berhak untuk merasakan kebahagiaan disepanjang umur hidupnya. Dengan menggunakan *self help book* ini target dapat mulai sedikit demi sedikit merasakan perasaan bahagia setiap membaca halaman per halaman yang berisikan kata motivasi yang dapat membantu membangun dan mengembangkan diri menjadi lebih baik.

4.1.2 Pemakaian Gaya Bahasa

Gaya bahasa yang digunakan pada perancangan *self help book* adalah bahasa Indonesia sehari – hari yang terkesan ramah dan bersahabat agar target tidak merasa bosan dan monoton pada saat membaca *self help book*. Contoh penggunaan bahasa Indonesia sehari – hari yang akan dipakai, sebagai berikut :

Edukatif :

1. Bestiee, sudah pada tau belum depresi mayor itu apa?, depresi mayor itu gangguan pada suasana hati atau bahasa gaulnya “*mood*” yang berlangsung kurang lebih 2 minggu lo.
2. *Expressive writing therapy* mampu membuat individu dapat memahami dirinya sendiri dan mampu menghadapi masalah.
3. Kenali gejala awal depresi mayor : Perubahan *mood* secara signifikan selama 2 minggu, Perubahan pola makan dan berat badan yang signifikan dan Perubahan pola tidur, bisa jadi insomnia atau hipersomnia.
4. Kenali gejala lanjut dari depresi mayor : mudah merasa kelelahan, muncul perasaan putus asa, mengalami penurunan konsentrasi, muncul perasaan tidak berharga dan tidak berdaya, mulai memikirkan untuk bunuh diri.
5. Tiga penanganan depresi mayor tingkat awal : mengubah pola hidup (makan makanan sehat), rajin olah raga (rutin setiap pagi hari) dan mengubah pola tidur (minimal 6-8 jam per harinya).
6. Perlu penanganan lanjut oleh pihak ahli, jika gejala tidak mengalami penurunan.

Persuasif :

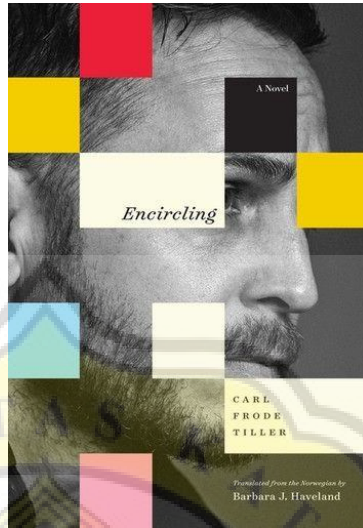
1. Percantik tanganku dong, warnain aku pakai apa aja yang ada di sekitarmu.
2. Kamu boleh kok corat coretin aku sepuasmu.
3. Diam sejenak dan coba lihat langit hari ini sambil bilang : “makasih aku, sudah berjuang sampai hari ini”.
4. Bestie, kamu juga butuh *re-charge* dirimu, karna kamu bukan robot.
5. **“AKU BERHAK BAHAGIA, SEKARANG DAN ESOK!”**, Ayo mulai sekarang katakan ini ke diri sendiri tiap hari.
6. “Aku tau kamu pasti bisa jalani ini semua, jangan menyerah ya!”

4.2 Konsep Visual

4.2.1 Layout

Layout yang akan digunakan adalah *picture window layout*. Isi per halaman buku akan difokuskan ke ilustrasi sebagai fokus utama dan teks

penjelasan sebagai fokus ke dua, pemilihan *layout* dipilih berdasarkan hasil riset melalui kuesioner yang disebarakan langsung ke target penelitian yang lebih menyukai buku dengan gambar agar sesuai dengan konsep awal.



Gambar 4.1. *Picture Windows Layout 1*
(Sumber : Pinterest)



Gambar 4.2. *Picture Windows Layout 2*
(Sumber : Pinterest)



Gambar 4.3. *Picture Windows Layout 3*
(Sumber : Pinterest)

4.2.2 Gaya Ilustrasi

Dalam buku ini menggunakan gaya ilustrasi semi realis dengan referensi Sibbil Ilustation. Ilustrasi disesuaikan dengan gaya target penelitian yang masih termasuk golongan anak muda jaman sekarang yang terkesan santai, simple dan modern. Warna yang digunakan pada ilustrasi dalam buku ini lebih *soft* dan terkesan kalem.



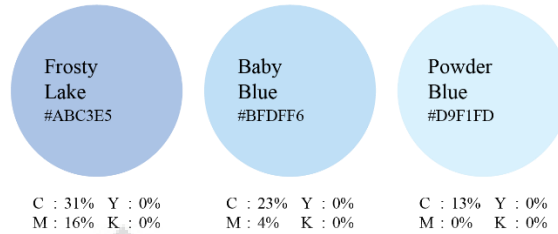
Gambar 4.4. *Sibbil Ilustrasi*
(Sumber : Pinterest)

4.2.3 Warna

1. Warna Dominan

Warna dominan yang digunakan adalah monokromatik biru yang terdiri dari, yaitu *frosty lake*, *baby blue* dan *powder blue*. Warna ini dipilih,

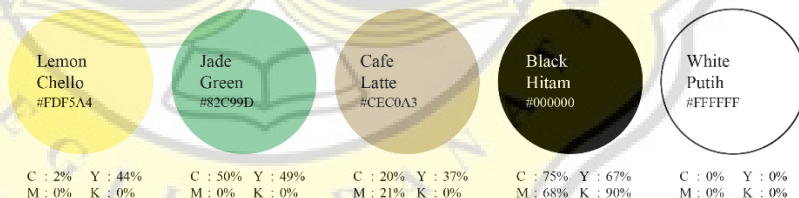
karena warna biru pastel sangat cocok dengan konsep utama perancangan, yaitu ingin target merasakan ketenangan dan kenyamanan pada saat menggunakan *self help book*.



Gambar 4.5. Monokromatik Biru
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

2. Warna Sekunder

Warna sekunder yang digunakan adalah tetap warna pastel sebagai pelengkap, yaitu warna *lemon chello* (untuk menegaskan kembali kesan bahagia, ceria, penuh energi), *jade green* (untuk memunculkan kesan penuh energi, kreatif dan ketenangan), *cafe latte* (untuk memberikan kesan ketenangan pada saat melihat warna ini), hitam dan putih (sebagai warna netral). Warna sekunder akan muncul di beberapa ilustrasi dalam *self help book* dan kalimat penjelas.



Gambar 4.6. Warna Sekunder
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

4.2.4 Jenis Font/Tipografi

Ada dua jenis *font* yang digunakan dalam perancangan *self help book*, yaitu menggunakan dua jenis *font handwritten*. Pemilihan jenis *font handwriting* dikarenakan ingin menunjukkan kesan bersahabat dengan jenis tulisan yang menyerupai tulisan tangan manusia pada saat menulis dibuku harian dan cocok jika digabungkan dengan jenis ilustrasi yang akan digunakan.

Jenis *font handwritten* pertama yang digunakan adalah “Bakso Sapi”, font ini dipilih karena ingin menggambarkan ketegasan akan “berhak untuk bahagia” pada judul dan sub judul di tiap halaman, *font* ini terlihat tegas namun tetap terlihat santai dan cocok jika digabungkan dengan ilustrasi yang digunakan.

A B C D E F G H I J K L M
 N O P Q R S T U V W X Y Z
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
 .,:; !@#\$%^&*()_ - += < > ? /

Gambar 4.7. *Font* Bakso Sapi
 (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Sedangkan jenis *font* yang kedua adalah “Gaegu”, font ini dipilih karena untuk menetralkan *font* Bakso Sapi yang seluruh hurufnya hanya huruf kapital. *Font* ini juga cocok jika digabungkan dengan ilustrasi dan *font* Bakso Sapi, kesan santai yang membuat target dapat merasakan kenyamanan pada saat membaca *self help book*.

A B C D E F G H I J K L M
 N O P Q R S T U V W X Y Z
 a b c d e f g h i j k l m
 n o p q r s t u v w x y z
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
 .,:; ” ’ !@#\$%^&*()_ - += < > ? /

A B C D E F G H I J K L M
N O P Q R S T U V W X Y Z
a b c d e f g h i j k l m
n o p q r s t u v w x y z
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
.,:; ” ’ !@#\$%^&*()_ - += < > ? /

Gambar 4.8. *Font* Gaegu
 (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

4.3 Visualisasi Desain

4.3.1 Judul *Self Help Book*

AKU BERHAK BAHAGIA 😊 SEKARANG & ESOK

Gambar 4.9. Judul *Self Help Book* 1
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Judul buku menggunakan *font* “Bakso Sapi”, dikarenakan *font* tersebut menggambarkan konsep dari perancangan yang ingin terlihat ramah untuk orang yang beresiko depresi mayor dan bentuknya yang tidak kaku menambah kesan santai pada saat target membaca buku ini. Tanda koma yang dibuat seperti emoji senyum digunakan untuk menunjukkan bahwa buku ini tidak akan membuat pembaca merasa tertekan dan memperkuat kata “*berhak bahagia*” di judul. Warna yang digunakan pada judul buku, yaitu warna hitam (untuk menetralkan), warna *frosty lake* (digunakan untuk meng-highlith kata “*bahagia*” yang ingin ditekankan pada perancangan dan mewakili kesan tenang) dan dua *tone* warna kuning yang digunakan pada emoji *smile* dan background awan obrolan pada judul (untuk memperkuat kesan ceria pada judul).



Gambar 4.10. Penerapan Judul *Self Help Book* ke Cover 2
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Berikut gambaran jika judul buku digabungkan dengan maskot. Pada bagian background diberikan pola titik – titik yang berjajar rapi dan memiliki jumlah yang banyak, karena ingin menggambarkan bahwa kehidupan memiliki banyaknya rintangan yang perlu dihadapi, namun rintangan tersebut sekiranya dihadapi dengan ketenangan seperti warna biru yang digunakan.

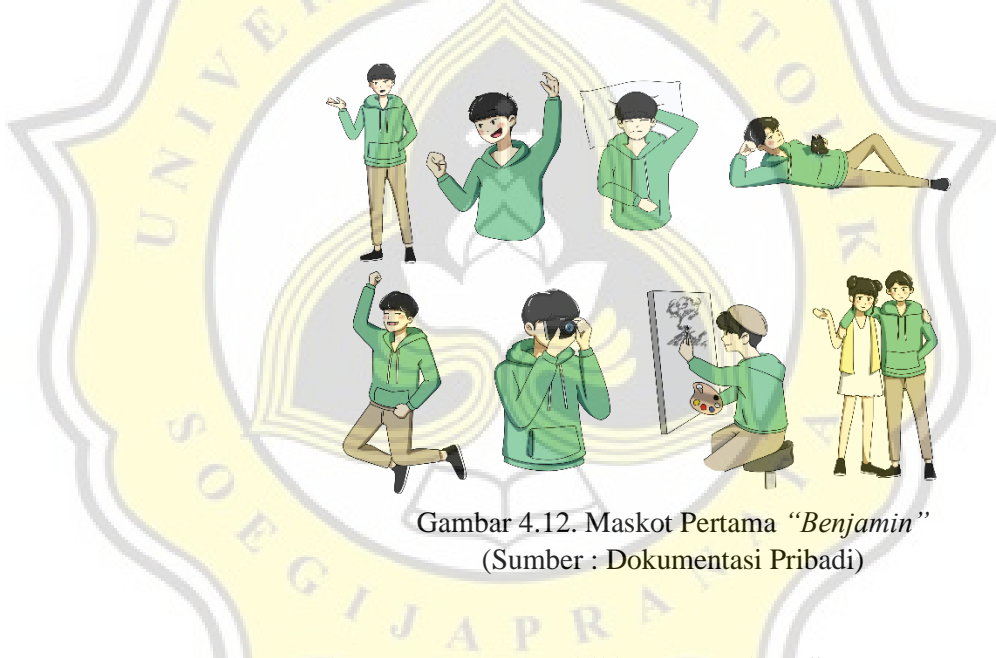
4.3.2 Maskot *Self Help Book*

Perancangan ini memiliki tiga maskot yang memiliki masing – masing arti dan karakteristik, seperti berikut :



Gambar 4.11. Ketiga Maskot *Self Help Book*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

1. Ben (Kependekan dari Benjamin)



Gambar 4.12. Maskot Pertama "*Benjamin*"
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Maskot pertama memiliki nama "*Ben*", yang merupakan kependekan dari "*Benjamin*". Nama tersebut memiliki karakteristik penuh energi dan ide, cerdas dan kreatif. Pemilihan nama didasari dengan konsep dari perancangan yang ingin memunculkan kesan senang, gembira dan bahagia. Benjamin digambarkan menggunakan *hoodie* hijau (*jade green*) dan memakai celana panjang coklat (*cafe latte*) yang mampu mewakili kesan ketenangan, optimis, motivasi ke orang lain dan keceriaan.

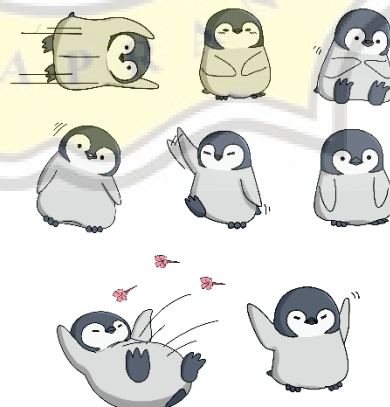
2. Jen (Kependekan dari Jennifer)



Gambar 4.13. Maskot Kedua “Jennifer”
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Maskot kedua memiliki nama “Jen”, yang merupakan kependekan dari “Jennifer”. Nama “Jennifer” memiliki arti penuh ide, kreatif dan mensejahterakan kehidupan orang lain. Maskot “Jen” digambarkan menggunakan baju putih dan cardigan warna kuning, pemilihan warna digunakan karena ingin mewakili kesan ceria namun juga netral.

3. Pingu

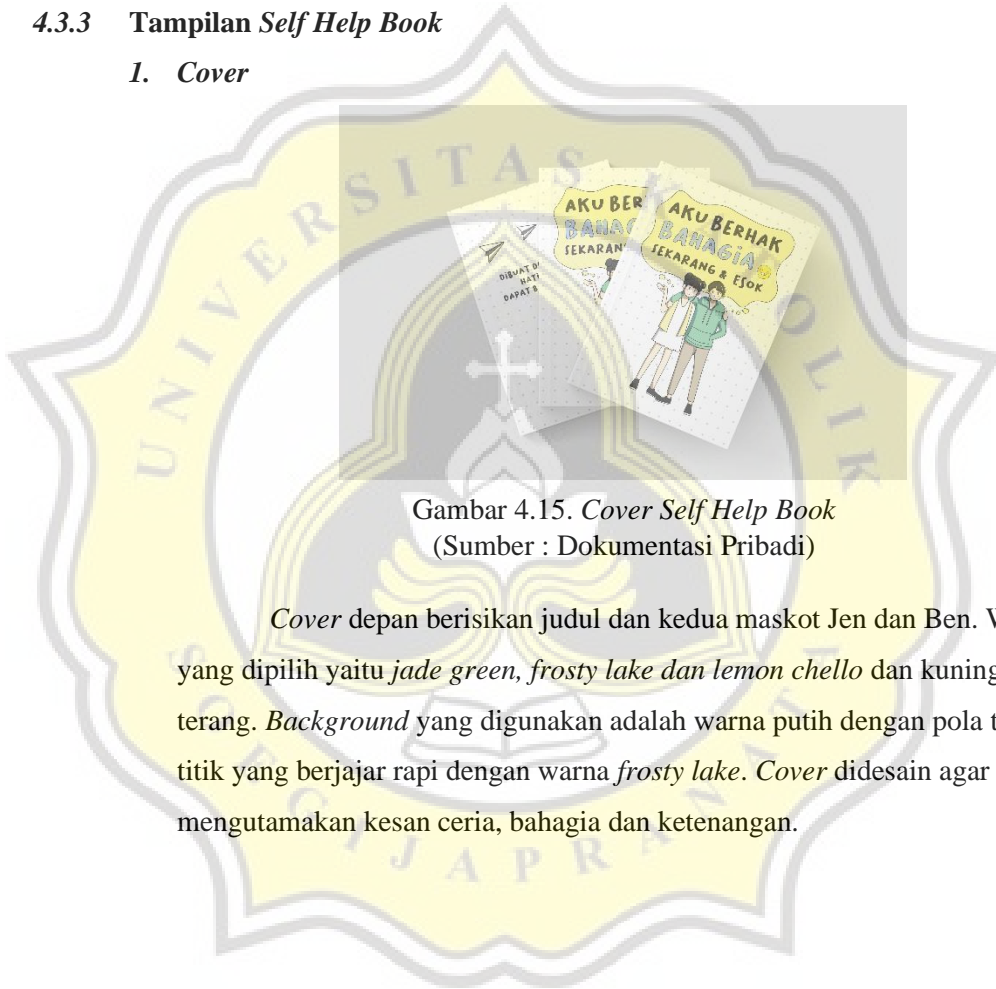


Gambar 4.14. Maskot Ketiga “Pingu”
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Maskot ketiga memiliki nama “Pingu” yang merupakan pengambilan nama dari hewan penguin. Pemilihan maskot didasari dengan karakteristik penguin yang suka berkumpul menjadi satu koloni besar untuk saling menjaga dari predator dan saling menghangatkan dari cuaca dingin, hal yang diambil dari penguin untuk perancangan adalah “menjaga” dan “menghangatkan”, karena konsep utama dari perancangan adalah buku ini dapat digunakan sebagai teman yang dapat menghangatkan pembaca.

4.3.3 Tampilan *Self Help Book*

1. Cover



Gambar 4.15. Cover *Self Help Book*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Cover depan berisikan judul dan kedua maskot Jen dan Ben. Warna yang dipilih yaitu *jade green*, *frosty lake* dan *lemon chello* dan kuning terang. *Background* yang digunakan adalah warna putih dengan pola titik – titik yang berjajar rapi dengan warna *frosty lake*. Cover didesain agar tetap mengutamakan kesan ceria, bahagia dan ketenangan.

2. Disclaimer



Gambar 4.16. *Disclaimer Self Help Book*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Disclaimer digunakan untuk memberitahukan kepada target bahwa perancangan tidak 100% dapat menyembuhkan depresi mayor dan masih ada perlunya pendampingan dari tenaga ahli jika gejala yang dialami tidak mengalami penurunan. *Disclaimer* digambarkan dengan maskot “Pingu” yang seolah – olah sedang memberikan himbauan kepada pembaca.

3. Identitas Diri dan Surat dari Penulis



Gambar 4.17. *Identitas Diri dan Surat dari Penulis*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Identitas diperlukan untuk mengenang pada masa lalu, dimana disaat menuliskan buku harian, biodata selalu dituliskan diawal untuk menghindari kehilangan dan memberitahukan kepemilikan akan suatu barang. Surat yang dimaksud adalah penjelasan dirancangnya buku dan beberapa kata motivasi

dari penulis. Warna yang digunakan adalah *lemon chello* dan *frosty lake* yang tetap memberikan kesan ketenangan dan keceriaan pada waktu yang bersamaan.

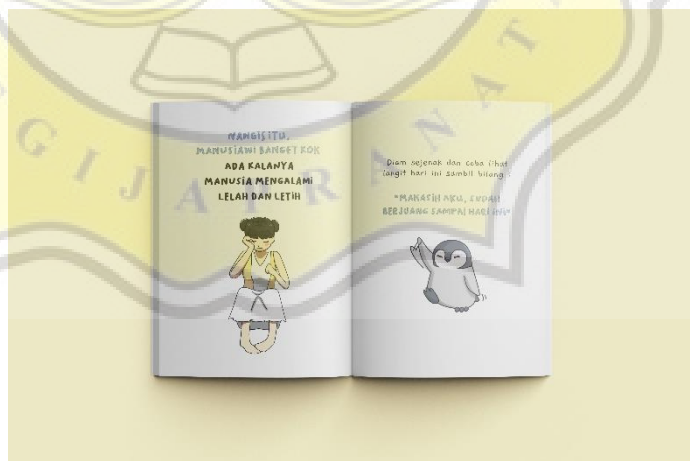
4. Penjelasan Depresi Mayor



Gambar 4.18. Motivasi 1
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada bagian ini, dibuat seolah – olah maskot “Ben” sedang memberikan informasi pengertian dari depresi mayor dalam kalimat singkat dan padat.

5. Motivasi



Gambar 4.19. Motivasi 1
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 4.20. Motivasi 2
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Motivasi – motivasi yang digunakan berasal dari beberapa orang terkenal dan ternama yang ada di dunia, seperti Nelson Mandela, Helen Keller dan Abraham Lincoln. Beberapa motivasi berasal dari penulis sendiri yang diambil berdasarkan research yang sudah dilakukan. Inti dari kata – kata motivasi yang digunakan adalah mengajak target untuk merasakan kebahagiaan dengan hidup sesuai pilihan dan kata hati tanpa harus memikirkan kata – kata orang lain dan tidak lupa untuk tersenyum setiap saat.

6. Gejala Awal dan Penanganan Depresi Mayor

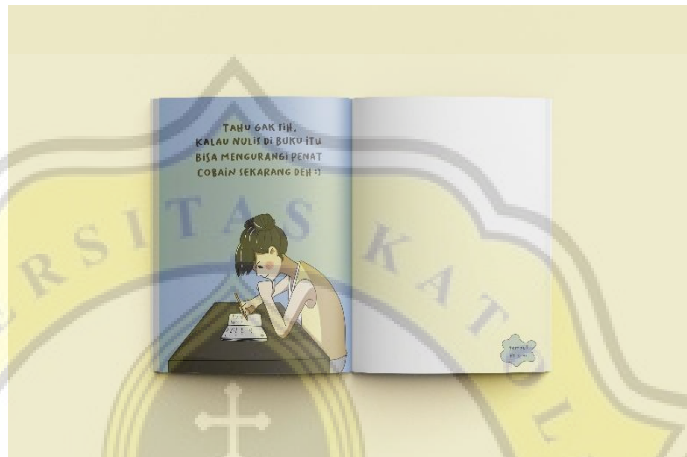


Gambar 4.21. Gejala Awal dan Penanganan Depresi Mayor
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada bagian ini, menggunakan infografis berupa poin – poin penting dari depresi mayor dengan beberapa ilustrasi pelengkap. Ada tiga poin gejala

awal dari depresi mayor yang digunakan. Pada bagian penanganan, berisikan penjelasan mengenai penanganan pada depresi mayor yang digambarkan dengan menggunakan poin – poin, agar target dapat mudah membaca dan memahami. Pemilihan warna masih sama, yaitu tetap ingin menunjukkan kesan santai, ramah dan ketenangan.

7. Sesi *Expressive writing therapy*



Gambar 4.22. Sesi *Expressive writing therapy*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada bagian sesi ini, berisikan *cover* untuk tiap memulai sesi terapi dan akan disediakan 3 lembar kosong agar target dapat bebas berekspresi. Desain pada lembar kosong pada bagian kanan bawah diberikan tempat kosong untuk menempelkan stiker tugas setiap selesai menuliskan pada lembar tersebut.

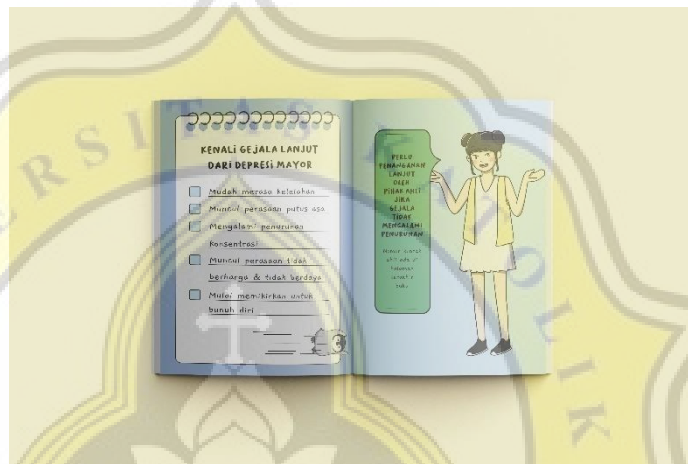
8. Sesi *Art Therapy*



Gambar 4.23. Sesi *Art Therapy*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada sesi ini, hampir sama dengan sesi terapi sebelumnya yang berisikan *cover* sebelum memulai dengan berisikan penjelasan singkat dan kata motivasi seputar terapi. Lembar kosong juga diberikan pada sesi ini agar target mudah berekspresi dan akan ada dua lembar penugasan yang mengajak target atau pembaca untuk mewarnai objek yang sudah disediakan.

9. Gejala Lanjut dan Penanganan Depresi Mayor



Gambar 4.24. Gejala Lanjut Depresi Mayor
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Bagian ini didesain untuk menjelaskan bahwa gejala depresi mayor jika tidak ditangani dengan benar akan beresiko gejala semakin parah. Pada bagian ini juga diberikan himbauan untuk menghubungi kontak ahli untuk menghindari kejadian yang tidak di inginkan.

10. Pesan dari Penulis dan *Call Center* ke Tenaga Ahli



Gambar 4.25. Pesan dari Penulis dan *Call Center* ke Tenaga Ahli
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pesan ini berisikan ucapan terima kasih, salam hangat dan kata motivasi. Pemberian ilustrasi bunga tulip merah muda dikarenakan tulip merah muda menggambarkan kasih sayang untuk teman yang sangat mendalam. Bagian *Call Center* ke Tenaga Ahli ini didesain untuk memberikan informasi kepada target seputar nomor yang bisa dihubungi jika gejala semakin parah. Warna *background* yang digunakan adalah *frosty lake*, untuk mewakili kesan kenyamanan dan ketenangan. Kontak yang digunakan adalah kontak dari Kemenkes RI.

11. Cover Belakang



Gambar 4.26. Cover Belakang
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada bagian ini, dikhususkan untuk memberikan pesan terakhir dan alasan perancangan yang dibuat dengan sepenuh hati agar pembaca merasa senang dan merasa mendapatkan teman setelah membaca buku ini. Warna yang digunakan sama dengan warna *cover* depan, yaitu putih dan background belakang menggunakan tatanan titik yang berjajar rapi dengan warna *frosty lake*. Pesawat kertas digunakan untuk mewakili bahwa semua hal ada harapan.

4.3.4 Media Pendukung

1. Instagram (berhakhbahagia.id)



Gambar 4.27. Tampilan Instagram berhakhbahagia.id (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Instagram didesain dengan singkat dan mudah untuk dibaca oleh *followers*. Informasi yang diberikan seputar depresi mayor dan seputar perancangan. Warna yang digunakan adalah *monokromatic blue* dan font yang digunakan adalah font yang sama dengan perancangan, yaitu “Bakso Sapi” dan “Gaegu”. Instagram digunakan untuk memberikan informasi secara luas.

2. Poster Analog

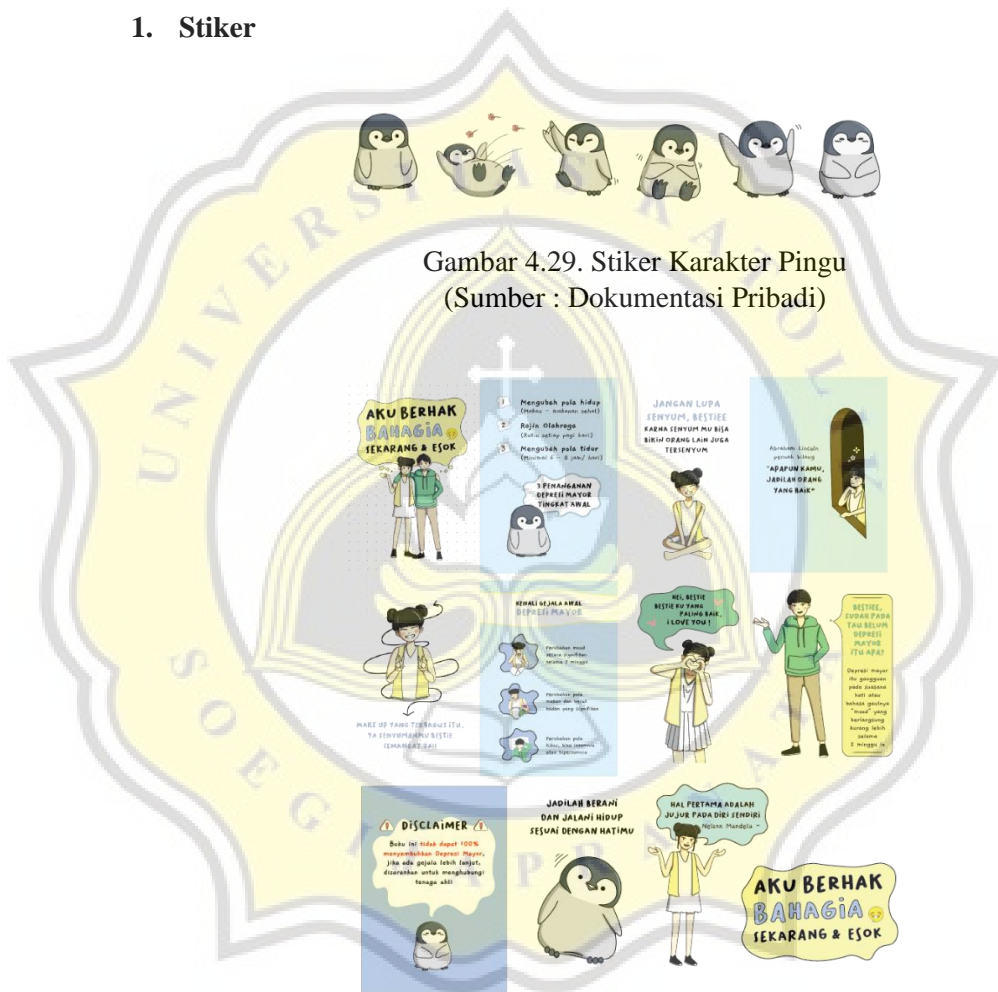


Gambar 4.28. Poster Analog
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Poster didesain untuk memberikan informasi seputar perancangan. Bertujuan untuk memberitahu bahwa sudah dirancangnya buku untuk teman pagi orang yang beresiko depresi mayor. Desain yang digunakan adalah desain simple dengan menggunakan *mock up* buku sebagai pelengkap utama.

4.3.5 Merchandise

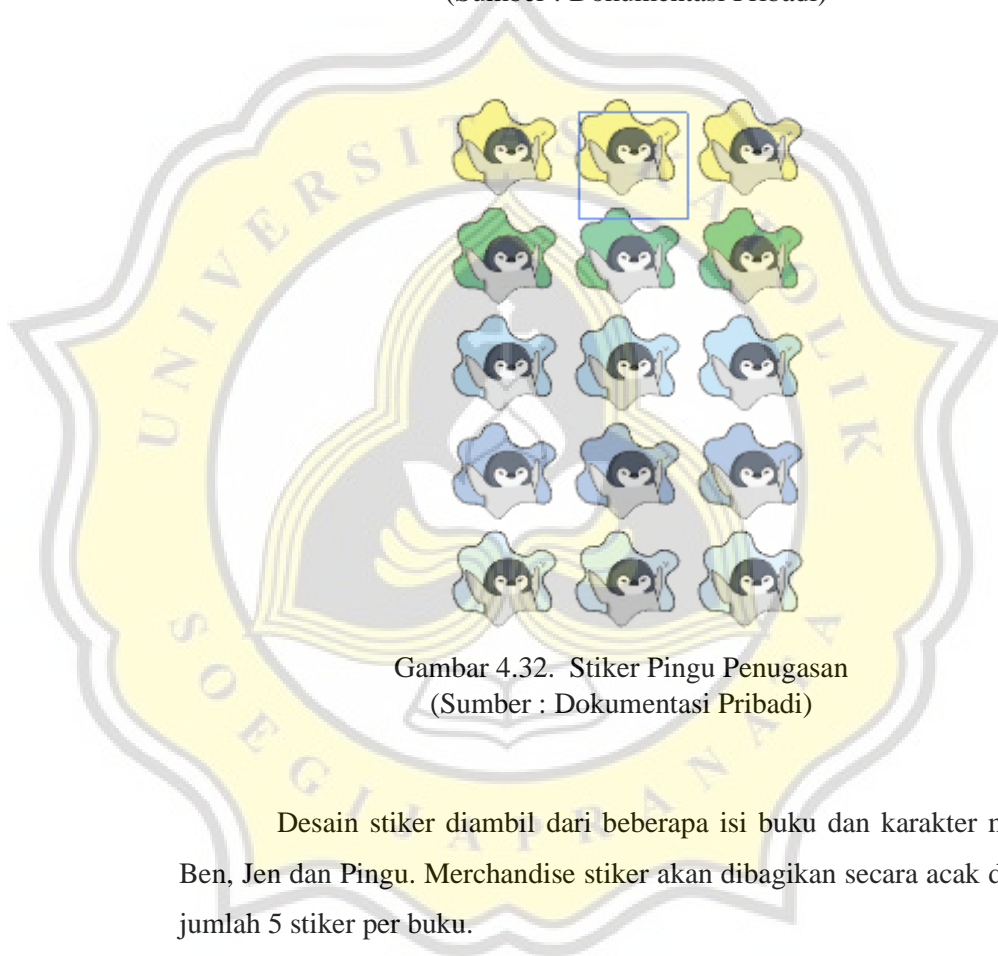
1. Stiker



Gambar 4.30. Stiker *Self Help Book* (Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 4.31. Stiker Karakter
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



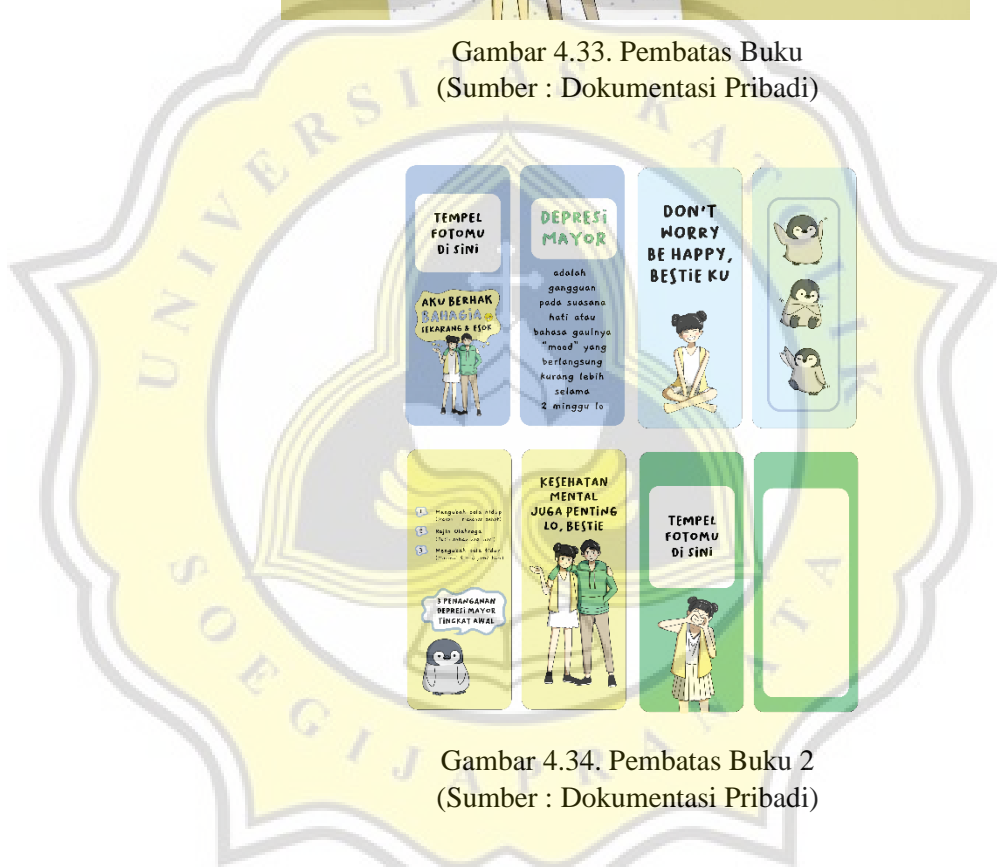
Gambar 4.32. Stiker Pingu Penugasan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Desain stiker diambil dari beberapa isi buku dan karakter maskot Ben, Jen dan Pingu. Merchandise stiker akan dibagikan secara acak dengan jumlah 5 stiker per buku.

2. Pembatas Buku



Gambar 4.33. Pembatas Buku
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 4.34. Pembatas Buku 2
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pembatas buku ada 4 desain dan nantinya akan dibagikan per buku mendapatkan 1 pembatas buku secara acak. Pembatas buku digunakan untuk menandai halaman terakhir kali yang dibaca agar dapat dilanjutkan kembali. Warna yang digunakan adalah warna yang berasal dari buku.

3. Kalender Meja



Gambar 4.35. Kalender Meja
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Kalender meja didesain bagian halaman per bulan dibagian belakang terdapat *note* yang dapat dijadikan catatan. Warna yang digunakan dominan ke warna monokromatik biru dengan ukuran A5.

