

TUGAS AKHIR
PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI
MENGENAL *BURNOUT* UNTUK DEWASA USIA 20-25 TAHUN

Untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Tugas Akhir (Strata-1)

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL



Diajukan Oleh:

BAGASSANI EKA NABILAH (17052010009)

Pembimbing 1:

AILEENA SOLICITOR COSTA RICA EL CHIDTIAN, S.T., M.Ds.

Pembimbing 2:

WIDYASARI S.T., M.T

FAKULTAS ARSITEKTUR DAN DESAIN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL 'VETERAN'
JAWA TIMUR

2021

TUGAS AKHIR
PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAL *BURNOUT* UNTUK
DEWASA USIA 20-25 TAHUN

Disusun Oleh:

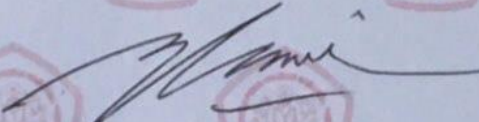
BAGASSANI EKA NABILAH

17052010009

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

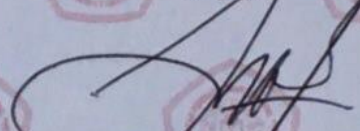
Pada tanggal: 31 Mei 2021

Pembimbing I



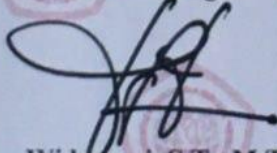
Aileena S.C.R.E.C., S.T., M.Ds
NPT. 182 198701 1907 6

Penguji I



Arvo Bayu Wibisono, S.T., M.Med.kom
NPT. 3 8312 10 0304 1

Pembimbing II



Widwasari, S.T., M.T
NPT. 182 198909 2007 5

Penguji II



Diana Aqidatun Nisa, S.T., M.Ds
NIP. 19900611 201803 2001

Tugas akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana Desain (S-1)

Dekan Fakultas Arsitektur dan Desain



Dr. Ir. Wanti Mindari, M.P
NIP. 19631208 199003 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam Naskah Tugas Akhir ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah Tugas Akhir ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur jiplakan, saya bersedia Tugas Akhir ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (Sarjana) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (UU No. 20 Tahun 2003, Pasal 25 ayat 2 dan pasal 70).

Sambutan 31 Mei 2021



Dagassani Eka Nabilah

ABSTRAK

Burnout syndrome merupakan bentuk dari stres kronis yang ditandai dengan perasaan kegagalan dalam melakukan pekerjaan ataupun studi. Meskipun *burnout* kerap disamakan dengan stres kerja biasa namun dua hal ini memiliki perbedaan. *Burnout* merupakan proses psikologis yang dihasilkan oleh stres yang tidak terlepas dan menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, dan perasaan pencapaian terhadap diri yang menurun (Ira, 2018:348). Perancangan media buku ilustrasi merupakan solusi yang tepat untuk mengedukasi audiens mengenai *burnout*. Pada penelitian ini penulis merancang desain buku yang bertujuan untuk menarik minat audiens untuk membaca.

Metode penelitian yang digunakan dalam perancangan desain buku ini adalah metode kualitatif dengan melakukan observasi, wawancara dan kuesioner. Data yang telah dikumpulkan kemudian di analisis untuk membentuk sebuah keyword yang nantinya akan digunakan sebagai pedoman dalam perancangan. Pengumpulan data bertujuan untuk menemukan konsep baik konsep visual, verbal hingga konsep media yang nantinya akan dirancang dalam perancangan ini.

Perancangan buku ilustrasi ini menggunakan metode analisis data 5W+1H dan *The Design Process*. Analisis data bertujuan untuk membentuk *keyword* sebagai pedoman dalam merancang buku ilustrasi mengenai *burnout* untuk dewasa usia 20-25 tahun. Dari proses analisis data yang telah dilakukan, peneliti menggunakan *keyword* “Edukasi Kesehatan Mental Secara Kreatif” sebagai acuan dalam merancang buku ilustrasi mengenai *burnout* untuk dewasa usia 20-25 tahun.

Hasil dari penelitian ini adalah buku ilustrasi “mengetahui *burnout*” untuk audiens dengan rentang usia 20-25 tahun sebagai media edukasi mengenai *burnout*. Perancangan buku ilustrasi ini diharapkan dapat menjadi media penyampai informasi mengenai *burnout*. Sehingga audiens dapat mendeteksi apabila audiens mengalami *burnout* dan dapat segera ditangani agar tidak menjadi siklus stress berkepanjangan.

Kata Kunci: *Buku Ilustrasi, Burnout, Kesehatan Mental, Stres*

ABSTRACT

Burnout syndrome is a form of chronic stress characterized by a feeling of failure in doing work or study. Although burnout is often equated with regular work stress, these two things have differences. Burnout is a psychological process produced by undiged stress and results in emotional fatigue, personality changes, and feelings of self-achievement (Ira, 2018:348). The design of ilsutrasi book media is the right solution to educate the audience about burnout. In this study the authors designed a book design that aims to attract the audience to read.

The research method used in designing this book is qualitative method by conducting observations, interviews and questionnaires. The data that has been collected is then analyzed to form a keyword that will be used as a guideline in design. Data collection aims to find concepts both visual, verbal and media concepts that will be designed in this design.

The design of this illustrated book uses the 5W+1H and The Design Process data analysis methods. Data analysis aims to form keywords as a guideline in designing illustration books to recognize burnout for adults aged 20-25 years. From the data analysis process that has been done, researchers use the keyword "Creative Mental Health Education" as a reference in designing illustration books to recognize burnout for adults aged 20-25 years.

The result of this study is an illustrated book "getting to know burnout" for audiences ranging in age from 20 to 25 years as an educational medium about burnout. The design of this illustrated book is expected to be a medium for conveying information about burnout. So that the audience can detect if the audience is experiencing burnout and can be treated immediately so as not to become a prolonged stress cycle.

Keywords: *Illustrated Books, Burnout, Mental Health, Stress*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT. Tuhan Yang maha Esa atas limpahan, rahmat, hidayah, dan karunianya sehingga laporan Perancangan Buku Ilustrasi Mengenal Burnout Untuk Dewasa Usia 20-25 Tahun ini dapat terselesaikan dengan baik. Buku ini merupakan gambaran mengenai informasi perihal *burnout* sebagai kondisi penyakit mental yang perlu diwaspadai dan diharapkan dengan membaca buku ini, pembaca memiliki pemahaman mengenai apa itu *burnout*.

Terimakasih kepada pihak-pihak yang telah bersedia membantu dan memberi dukungan kepada saya dalam proses pembuatan laporan ini hingga selesai. Dalam kesempatan ini penulis dengan tulus hati mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Kepada Allah SWT. dan Nabi Muhammad SAW.
2. Kepada Orang Tua saya yang tidak berhenti mendoakan dan memberikan dukungan secara lahir dan batin, maupun dalam urusan finansial.
3. Kepada Aileena Solicitor Costa Rica El Chidtian sebagai dosen pembimbing pertama.
4. Kepada Widyasari S.T., M.T. sebagai dosen pembimbing kedua.
5. Kepada Aryo Bayu Wibisono sebagai dosen penguji pertama yang senantiasa memberikan kritik dan saran agar perancangan menjadi lebih maksimal.
6. Kepada Diana Aqidatun Nisa sebagai dosen penguj kedua.
7. Kepada Ni Made Gusti Rai S.Psi, M.Psi., selaku narasumber yang telah memberikan banyak informasi yang dibutuhkan dalam perancangan ini.
8. Kepada Elvira Putri sebagai narasumber yang telah memberikan informasi terkait dan memberikan motivasi dalam pengerjaan tugas akhir ini
9. Kepada Nurul Febiana dan Olivia Hanna yang selalu membantu dan memberikan saran dalam perancangan tugas akhir ini.
10. Kepada teman-teman seperbimbingan satu maupun dua yang senantiasa saling menguatkan dan memberikan motivasi dalam perancangan ini.
11. Kepada teman-teman DKV 2017 yang selalu ada dan memberikan bantuan dalam menyelesaikan perancngan ini.

Akhir kata saya menyadari bahwa perancangan saya dapat dikatakan jauh dari kata sempurna, namun saya berharap akan masukan dan kritik untuk membantu saya berkembang menjai lebih baik tentang memahami kesehatan mental.

Surabaya, 31 Mei 2021

Bagassani Eka Nabilah

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
PERNYATAAN ORISINIALITAS TUGAS AKHIR	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Rumusan Masalah	3
1.4 Batasan Masalah	3
1.5 Tujuan Perancangan	3
1.6 Manfaat Perancangan	3
BAB II LANDASAN TEORI	4
2.1 Burnout	4
2.1.1 Penyebab Burnout	5
2.1.2 Gaya Hidup Penyebab Burnout	5
2.1.3 Ciri-Ciri Kepribadian Dapat Berkontribusi Pada Burnout	5
2.2 Buku	5
2.3 Buku Ilustrasi	6
2.4 Desain Komunikasi Visual	7
2.4.1 Ilustrasi	7
2.4.2 Jenis Ilustrasi	8
2.4.3 Teknik Ilustrasi	10
2.4.4 Warna	11
2.4.5 Sifat Warna	11
2.4.6 Layout	13
2.4.7 Tipografi	13
2.5 Usia 20-25 Tahun	14
2.6 Studi Eksisting	15
2.6.1 Burnout: The Secret to Solving the Stress Cycle	15
2.6.2 Fuel Your Fire	17
2.7 Studi Kompetitor	19
2.8 Studi Komparator	21
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Definisi Operasional Judul	24
3.1.1 Buku Ilustrasi	24
3.1.2 Burnout	24
3.1.3 Usia 20-25 Tahun	24
3.2 Target Perancangan	25
3.3 teknik Pengumpulan Data	25
3.3.1 Data Primer	25
3.3.2 Data Sekunder	26
3.4 Teknik Sampling	27
3.4.1 Populasi	27
3.4.2 Sampel	28

3.5 Tahapan Perancangan	28
3.6 Alur Berpikir	30
BAB IV ANALISA DATA	31
4.1 Analisis Wawancara Stakeholder	31
4.2 Analisis Mahasiswa	31
4.3 Analisis Kuesioner	33
4.4 Analisis Observasi	33
4.5 Analisis The Design Process	36
4.6 Analisis 5W+1H	37
4.7 Consumer Journey	39
4.8 Sintesa Data	39
BAB V KONSEP DESAIN	41
5.1 Perumusan Konsep	41
5.2 Definisi Keyword	42
5.2.1 Makna Konotatif	42
5.2.2 Makna Denotatif	42
5.3 Konsep Verbal	42
5.3.1 Judul Buku	42
5.4 Konsep Visual	43
5.4.1 Gambar	43
5.4.2 Tipografi	45
5.5 Konsep Media	46
5.5.1 Media Utama	47
5.5.2 Media Pendukung	47
BAB IV IMPLEMENTASI MEDIA	50
6.1 Media Utama	50
6.1.1 Buku Ilustrasi	50
6.2 Media Pendukung	63
BAB VII PENUTUP	68
7.1 Kesimpulan	68
7.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ilustrasi khayalan	8
Gambar 2.2 teknik aquarel.....	10
Gambar 2.3 ilustrasi dengan warna hangat.....	11
Gambar 2.4 ilustrasi dengan warna dingin	12
Gambar 2.5 spektrum warna hangat dan sejuk	12
Gambar 2.6 Cover Burnout: The Secret to Solving the Stress Cycle.....	15
Gambar 2.7 Isi Buku Burnout: The Secret to Solving the Stress Cycle.....	15
Gambar 2.8 Cover Fuel Your Fire.....	17
Gambar 2.9 Isi Buku Fuel Your Fire	17
Gambar 2.10 Cover dan muatan buku “Kenali Stres”	19
Gambar 2.12 Cover Buku <i>Romantic Universe</i>	21
Gambar 2.13 Konten Buku <i>Romantic Universe</i>	22
Gambar 3.1 Bagan skema alur berpikir	30
Gambar 4.1 Wawancara dengan Narasumber	31
Gambar 4.2 Wawancara dengan Narasumber	32
Gambar 4.3 Seminar <i>burnout</i> oleh Dhyan Christanti, M. Th.	35
Gambar 4.4 observasi buku di Gramedia	35
Gambar 4.5 Bagan Analisa The Design Process	36
Gambar 5.1 Bagan Perumusan Konsep	41
Gambar 5.2 Gambar Surrealis	43
Gambar 5.3 Gambar Surrealis	44
Gambar 5.4 Warna Hangat	44
Gambar 5.5 Warna dingin	45
Gambar 5.6 Refrensi Layout	45
Gambar 5.7 Font Montserrat	46
Gambar 5.8 Font Century Gothic	46
Gambar 5.9 jurnal planner	48
Gambar 5.10 mug	48
Gambar 5.11 kalender duduk	49
Gambar 5.11 mp3 player	49
Gambar 6.1 Sampul depan dan belakang buku	50
Gambar 6.2 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	51
Gambar 6.3 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	51
Gambar 6.4 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	52
Gambar 6.5 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	52
Gambar 6.6 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	53
Gambar 6.7 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	53
Gambar 6.8 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	54
Gambar 6.9 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	54
Gambar 6.10 Isi BAB 1 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	55
Gambar 6.11 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	55
Gambar 6.11 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	56
Gambar 6.12 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	56
Gambar 6.13 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	57
Gambar 6.14 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	57
Gambar 6.15 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	58
Gambar 6.16 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	58
Gambar 6.17 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	59

Gambar 6.18 Isi BAB 2 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	59
Gambar 6.19 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	60
Gambar 6.20 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	60
Gambar 6.21 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	61
Gambar 6.22 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	61
Gambar 6.23 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	62
Gambar 6.24 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	62
Gambar 6.25 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	63
Gambar 6.26 Isi BAB 3 “Burnout: si Penghambat Produktifitas”	63
Gambar 6.27 Mug Media Pendukung	64
Gambar 6.28 Planner Media Pendukung	65
Gambar 6.29 MP3 Player Media Pendukung	65
Gambar 6.30 Kalender Media Pendukung	66
Gambar 6.31 Stiker Pack Media Pendukung	66
Gambar 6.32 Feeds Instagram Media Pendukung	67

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisa Studi Eksisting	16
Tabel 2.2 Analisa Studi Eksisting	18
Tabel 2.3 Analisa Kompetitor	20
Tabel 2.4 Analisa Komparator	22