

BAB VII.

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Topik utama pada perancangan buku visual “yuk, belajar kendalikan stres” ini berisi mengenai strategi coping di masa pandemi serta edukasi mengenai kesehatan mental dan juga stres bagi remaja usia 17-21 tahun (remaja akhir). Penulis mengangkat topik tersebut karena edukasi mengenai coping stres sangat diperlukan remaja terutama dalam kondisi pandemi. Dalam proses riset dan pengumpulan data yang telah dilakukan, penulis banyak sekali belajar hal baru mengenai kesehatan mental, utamanya mengenai strategi coping. Penentuan seluruh konsep buku visual ini telah disesuaikan dengan minat target audiens. Diharapkan dengan adanya buku visual ini remaja dapat mengelola stresnya dengan baik dan juga menyadari akan pentingnya kesehatan mental. Di dalam buku ini juga terdapat beberapa halaman jurnal yang dapat ditulis oleh pembaca dan juga sticker set untuk menghiasi halaman jurnal buku.

7.2 Saran

Penulis menyadari perancangan buku visual ini masih banyak sekali kekurangan dan keterbatasan informasi. Meskipun perancangan ini belum sempurna semoga inti pesan dalam perancangan buku ini dapat diterima dengan baik oleh remaja dan juga dapat bermanfaat bagi remaja. Oleh karena itu penulis sangat terbuka akan kritik dan saran yang membangun agar penulis dapat belajar dari kesalahan dan mempebaikinya. Diharapkan perancangan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya remaja.