

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Masa remaja merupakan fase transisi yang penuh dinamika, baik secara fisik, emosional, maupun psikologis, sehingga rentan terhadap tekanan yang dapat memengaruhi kesehatan mental, termasuk munculnya gangguan kecemasan sosial. Kecemasan sosial, yang umumnya muncul sejak usia remaja, ditandai dengan ketakutan berlebihan terhadap penilaian negatif dari orang lain, dan dapat berdampak buruk pada interaksi sosial, kepercayaan diri, hingga fungsi mental secara keseluruhan. Faktor pemicu utamanya meliputi tekanan lingkungan, pengalaman sosial negatif, hingga minimnya dukungan serta pemahaman terhadap kesehatan mental. Meskipun isu kesehatan mental telah banyak diteliti, pembahasan mendalam mengenai kecemasan sosial pada remaja masih terbatas, padahal kasusnya terus meningkat. Minimnya media edukasi yang efektif membuat remaja kesulitan memahami dan mengelola kondisi tersebut. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan edukatif yang menarik dan mudah dipahami, salah satunya melalui media visual seperti buku ilustrasi. Buku ilustrasi menjadi alternatif yang tepat karena mampu menyederhanakan isu kompleks melalui narasi visual yang emosional dan komunikatif. Dengan penyajian yang menarik dan karakter yang dekat dengan kehidupan remaja, media ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan kemampuan remaja dalam menghadapi serta mengelola kecemasan sosial, sekaligus berkontribusi positif terhadap kesehatan mental mereka secara keseluruhan.

5.2 Saran

Perancangan ini memanfaatkan buku cetak sebagai media utama, sehingga diperlukan pemilihan bahan kertas yang tepat, baik dari segi kualitas maupun kesesuaian dengan tren pasar yang ada. Hal ini bertujuan agar buku dapat memenuhi preferensi konsumen dan lebih mudah diterima oleh target audiens. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat dilakukan untuk menilai seberapa efektif buku ini dalam meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya pada target audiens. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat dibutuhkan guna menyempurnakan dan mengembangkan perancangan ini ke depannya.