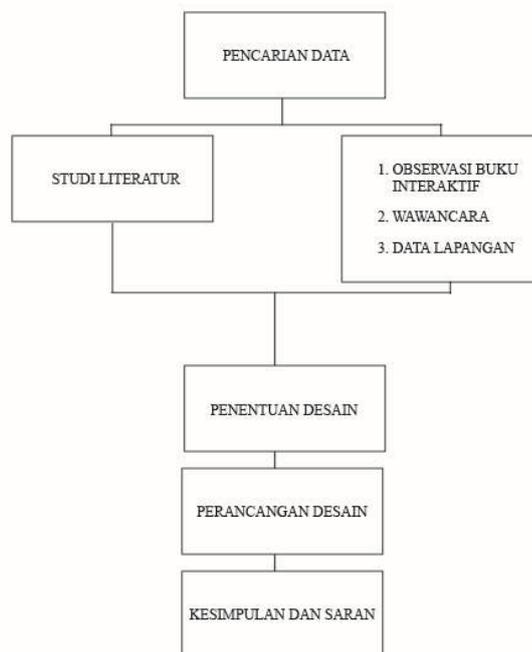


BAB III

SISTEMATIKA PENULISAN

3.1 Sistematika Perancangan



Tabel 3. 1 Sistematika perancangan

3.1.1. Metode Perancangan

Penulis menggunakan metode penelitian deskriptif yaitu dengan pendekatan Kualitatif campuran dengan melihat fenomena kecemasan didalam diri pada kalangan remaja wanita melalui wawancara kepada narasumber.

3.1.2 Proses Desain

Metode perancangan yang akan digunakan Penulis akan mengikuti beberapa tahapan dalam perancangan buku interaktif ini, termasuk pra produksi, produksi, dan pasca produksi.

1) Pra Produksi

Penulis melakukan penelitian selama tahap pra-produksi untuk mengumpulkan informasi dan sumber untuk desain yang akan dikembangkan untuk pembangunan buku interaktif ini. Tahapan ini disebut dengan *brainstorming*, awal dari proses ini dimulai dari pembuatan sketsa desain untuk ilustrasi dan materi buku interaktif. Pembuatan sketsa dibuat secara manual di kertas lembar sketsa menggunakan alat gambar pencil 2B yang dapat dilihat pada gambar 3.2



Gambar 3. 1 Gambar pra-produksi



Gambar 3. 2 Gambar pra-produksi

2) Produksi

Pada tahapan Produksi ini akan dilakukan pembuatan outline dari sketsa gambar yang sudah ditentukan pada saat pra-produksi. Dan juga melakukan beberapa tahapan desain

Untuk pembuatan buku interaktif seperti proses *detailing* dan proses pewarnaan untuk buku interaktif dalam fase pra-produksi dengan warna yang telah ditentukan.



Gambar 3. 3 Gambar Produksi

3) Pasca Produksi

Pada tahapan pasca produksi ini dilakukan finalisasi desain dan pengemasan buku untuk di distribusikan kepada pihak-pihak yang akan mendistribusikan buku interaktif tersebut, serta melakukan promosi terhadap buku interaktif yang telah dibuat oleh penulis.



Gambar 3. 4 Gambar Pasca Produksi

3.2 Metode Pengumpulan Data

3.2.1 Wawancara

Wawancara dilakukan dengan beberapa narasumber yaitu remaja wanita yang mengalami gangguan kecemasan dan juga dilakukan dengan Psikolog yang memiliki beberapa pengalaman dalam menangani kasus remaja dengan gangguan kecemasan, Pertanyaan yang diajukan terkait dengan penelitian yang dilakukan.

3.3 Paparan Data

3.3.1 Wawancara

3.3.1.1 Wawancara Penderita Gangguan Kecemasan

Wawancara dilakukan dengan Maharani selaku penderita *Generalized Anxiety Disorder (GAD)*. Wawancara dilakukan via zoom untuk mengetahui proses apa saja yang sudah dilalui untuk pengobatan dan terapi. Penulis menanyakan beberapa pertanyaan mengenai gangguan kecemasan yang dialami oleh maharani seperti sudah berapa lama mengalami gangguan kecemasan, terapi apa saja yang sudah dilakukan untuk melakukan upaya dalam proses penyembuhan (*GAD*), dan bagaimana terapi tersebut berdampak kepada kondisinya. Maharani menjelaskan bahwa dirinya sudah menderita (*GAD*) selama 3 tahun, ia menderita gangguan kecemasan *Generalized Anxiety Disorder (GAD)* dan juga telah menjalani terapi yang diberikan oleh seorang Psikolog, terapi yang diberikan merupakan terapi seni.

Maharani menceritakan tentang pengaruh terapi seni terhadap gangguan kecemasan yang ia alami, terapi seni juga dapat memberikannya perasaan tenang dan dapat memperbaiki rasa percaya dirinya ketika merasa cemas. Dalam terapi seni yang dijalani oleh Maharani, ia juga memiliki beberapa perlengkapan pendukung seperti pensil warna, cat air, pensil, spidol dan alat-alata menulis dan mewarnai lainnya untuk membantu mengisi buku interaktif dari terapi seni tersebut.

Terapi seni yang sudah ia jalani setiap hari ini menjadikan sebuah solusi menurut Maharani, dikarenakan banyak metode terapi dalam penanganan gangguan kecemasan *Generalized Anxiety Disorder (GAD)* yang monoton dan membosankan

menurutnya. Dampak dari terapi seni yang ia lakukan adalah meningkatnya rasa percaya diri ketika ia sedang merasa cemas yang membuatnya malu untuk bercerita kepada siapapun, merasa sedikit lebih lega, dapat berpikir dengan jernih, ia juga dapat menyalurkan perasaan marah, sedih, takut melalui terapi seni tersebut. Maharani memilih untuk tidak mengkonsumsi obat-obatan dan lebih fokus untuk melakukan terapi ini dikarenakan ia merasakan bahwa terapi seni ini sudah jauh membantu kondisinya semenjak 3 tahun silam.

Tabel 3. 2 Tabel Wawancara penderita

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Sudah berapa lama mengalami GAD?	3 Tahun.
2.	Sudah berobat atau menjalani terapi?	Sudah, saya mengunjungi psikolog dan menjalani terapi.
3.	Terapi apa yang digunakan?	Terapi seni
4.	Bagaimana dampaknya terhadap kondisi tubuh?	Menenangkan, menghilangkan cemas, meningkatkan percaya diri.
5.	Punya buku aktivitas dirumah?	Saya punya.
6.	Jika ada yang ingin dirubah dari buku Interaktif tersebut, apa yang ingin di ubah?	Mengubah warna-warna yang berada didalam buku agar tidak monoton.

3.3.1.2 Wawancara Psikolog

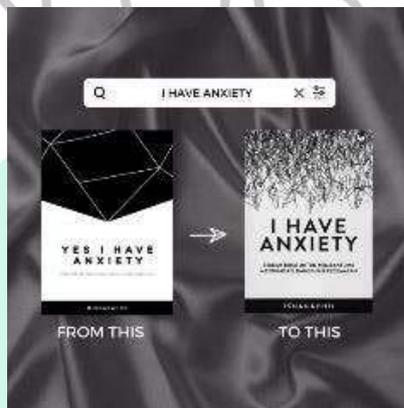
Wawancara dilakukan dengan Melisa selaku Psikolog yang berdomisili di Tangerang Selatan, Banten. Wawancara dilakukan pada tanggal 15 Februari 2022, dari hasil wawancara tersebut didapatkan informasi tentang kebutuhan dalam penanganan remaja yang mengalami gangguan kecemasan seperti dibutuhkannya terapi-terapi tertentu, semacam terapi seni yang bisa disalurkan menjadi buku interaktif untuk para remaja melakukan terapi.

Tabel 3. 3 Wawancara Psikolog

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah buku interaktif ini dapat membantu Remaja dengan gangguan kecemasan?	Ya, bisa. Terutama jika pasien remaja yang mengalami gangguan kecemasan memiliki kondisi dan gejala yang tergolong ringan dan masih dapat menjalani pengobatan melalui terapi seni seperti dengan adanya buku interaktif ini.
2.	Apakah remaja dengan gangguan kecemasan Membutuhkan obat-obatan tertentu untuk Dikonsumsi lebih lanjut?	Beberapa pasien memang membutuhkan obat-obatan khusus yang biasa diberikan oleh pskitater, namun beberapa pasien juga memilih jalur terapi tanpa obat-obatan seperti konsultasi kepada psikolog dan menjalani terapi seperti terapi seni dan banya terapi lainnya.
3.	Terapi apa yang bisa digunakan untuk Para remaja yang mengalami gangguan Kecemasan seperti (<i>anxiety</i>) ?	Terapi seni bisa menjadi salah satu Pilihan dalam membantu meringankan gejala gangguan kecemasan pada remaja.

3.3.1 Observasi

Observasi dilakukan melalui data yang dikumpulkan dari beberapa referensi buku interaktif mengenai gangguan kecemasan pada hari Senin, 28 Maret 2022, Observasi yang dilakukan berasal dari buku interaktif “*Yes I Have Anxiety*” yang sudah beredar di beberapa toko buku sejak tahun 2021 oleh Isnanah selaku penulis dari buku tersebut yang dapat dilihat pada gambar 3.5 dan gambar 3.6.



Gambar 3. 5 Buku referensi *Yes I Have Anxiety*



Gambar 3. 6 Buku Referensi *Yes I Have Anxiety*

3.3.2 Studi Referensi

Tabel 3. 4 Studi Referensi

	<i>Yes I have anxiety</i>
Konten	Buku terapi untuk pasien yang mengalami gangguan kecemasan, meditasi ataupun relaksasi.
Ilustrasi	Gaya Ilustrasi dengan menggunakan beberapa Objek yang memvisualisasikan sebuah kondisi.
Warna	Jenis warna yang digunakan adalah hitam dan putih
Tipografi	-
Tata Letak	-