

## **BAB IV**

### **STRATEGI KREATIF**

#### **4.1 Strategi Komunikasi**

Dalam merancang buku jurnaling "Titik Temu" untuk memberikan edukasi psikoedukasi tentang pencegahan kecemasan berlebih di kalangan Generasi Z, ada beberapa strategi komunikasi yang akan diterapkan untuk menyampaikan pesan tersebut. Strategi ini dibagi menjadi:

1. Emosional

Komunikasi akan diterapkan dengan menelusuri dan memahami perasaan emosional individu yang mengalami masalah, sehingga mereka merasa nyaman untuk berbicara tentang permasalahan mereka tanpa rasa takut.

2. Rasional

Memberikan beberapa penjelasan tentang kecemasan berlebihan melibatkan pemahaman bahwa itu adalah kondisi di mana seseorang merasa cemas atau khawatir secara berlebihan terhadap situasi atau peristiwa tertentu, bahkan jika risikonya tidak sebanding dengan tingkat kecemasan yang dirasakan. Kecemasan berlebih bisa sangat mengganggu kehidupan sehari-hari dan kesehatan mental seseorang.

3. Budaya

Transformasi budaya dan penyesuaian dengan perkembangan zaman di Generasi Z adalah fokus utama dalam pengembangan buku jurnaling "Titik Temu", memastikan bahwa kontennya tetap relevan dan sesuai dengan kebutuhan zaman dan *trend* di kalangan Generasi Z.

4. Persuasive

Buku jurnaling "Titik Temu" bertujuan untuk meyakinkan pembaca tentang keuntungan melakukan jurnaling dalam meningkatkan kesehatan mental dan emosional. Hal ini dapat dicapai dengan memberikan alasan yang kuat mengenai bagaimana mengekspresikan diri melalui penulisan

jurnal atau mencatat pengalaman dapat mengurangi tingkat stress dan meningkatkan refleksi diri.

#### 4.2 Analisa Segmentasi, *Targeting*, dan *Positioning*

##### - Segmentasi

Dalam pelaksanaan proyek tugas akhir, segmentasi dilakukan berdasarkan faktor demografis, psikografis, dan status sosial. Kelompok pengguna Buku Jurnal "Titik Temu" mencakup remaja usia 18-25 tahun, khususnya mereka yang baru menyelesaikan pendidikan formal dan memiliki kekhawatiran mengenai masa depan serta stabilitas finansial. Mereka berasal dari kelas menengah ke atas dan memerlukan dukungan dalam mengatasi kecemasan berlebih. Sasaran juga mencakup individu yang memiliki tujuan pengembangan diri, aktif di media sosial, dan mencari saluran kreatif untuk mengekspresikan diri. Dengan pendekatan menyeluruh terhadap kesejahteraan mental, "Titik Temu" memberikan panduan mendalam untuk merenung, menetapkan tujuan, dan mengatasi stres, sekaligus memberikan dukungan dan inspirasi bagi pembaca yang ingin mencapai keseimbangan emosional dalam kehidupan sehari-hari mereka.

##### - *Targeting*

Berdasarkan sasaran pengguna Buku Jurnal "Titik Temu," fokusnya ditujukan kepada remaja atau Generasi Z dengan rentang usia 15-25 tahun, terutama yang menghadapi kecemasan berlebih. Kecemasan ini dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk masalah pribadi, keluarga, atau pengaruh dari lingkungan sosial dan sekitar mereka.

##### *Positioning*

- Buku ini memfasilitasi ekspresi emosi, pengembangan diri, dan interaksi yang mengatasi kecemasan, berbeda dengan buku serupa yang hanya fokus pada kontennya.

- Jurnalung berisi kegiatan interaktif sekaligus solusi edukatif menggunakan metode psikoedukasi.

### 4.3 Analisa SWOT

Analisis SWOT (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats*) untuk buku jurnalung dapat membantu mengidentifikasi faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kinerja dan kesuksesannya. Berikut adalah contoh analisis SWOT untuk buku jurnalung:

Tabel IV.1 Analisis SWOT

<p style="text-align: center;"><b>Internal</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Eksternal</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>STRENGTH</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buku jurnalung menawarkan beberapa kegiatan kreatif seperti mewarnai, menggambar, dan menulis, mood tracker, memfasilitasi ekspresi diri yang unik.</li> <li>2. Kemudahan membawa buku ini ke mana saja membuatnya dapat diakses dan digunakan kapan saja oleh pengguna.</li> <li>3. Aktivitas-aktivitas dalam buku ini dirancang berdasarkan pengalaman penulis sebagai seorang penyintas gangguan kecemasan, memberikan aspek personal yang dapat terhubung dengan pembaca.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>WEAKNESS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buku mungkin kurang memberikan informasi yang cukup terperinci mengenai kesehatan mental, terutama bagi pembaca yang mencari pemahaman lebih mendalam.</li> <li>2. Hanya bisa menjadi teman untuk mencegah kecemasan berlebih</li> </ol>
<p style="text-align: center;"><b>OPPORTUNITY</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kecemasan berlebih (<i>anxiety</i>).</li> <li>2. Dalam konteks meningkatnya kesadaran tentang kesehatan mental, buku ini dapat menarik perhatian kelompok sasaran yang lebih luas.</li> </ol>	<p>Kecemasan yang berlebih berdampak buruk pada individu yang mengalaminya. Buku jurnalung dirancang sebagai alternatif bagi Generasi Z untuk berbagi masalah mereka tanpa rasa takut dan meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental yang mereka hadapi. Dengan desain yang mudah dibawa dan isi yang menarik, buku jurnalung ini menjadi media yang tidak membosankan bagi mereka, buku jurnalung ini mudah untuk dibawa dan dapat diisi dimana saja.</p>	<p>Melalui perancangan ini, buku jurnalung menyediakan informasi mengenai kecemasan berlebih bagi pembaca namun tidak dapat membantu pembaca yang ingin memahami dengan lebih mendalam. Tetapi juga, dengan adanya perancangan ini, buku jurnalung dapat menjadi cara bagi Generasi Z untuk lebih memahami dan sadar akan topik kecemasan berlebih yang mereka hadapi tanpa disadari. Dengan desain yang disusun, mereka dapat dengan bebas menceritakan permasalahan mereka tanpa takut direndahkan.</p>
<p style="text-align: center;"><b>THREAT</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kemungkinan adanya buku jurnalung sejenis di pasaran dapat menjadi ancaman, memerlukan strategi pemasaran yang kuat.</li> <li>2. Perubahan tren dan preferensi pembaca dapat mempengaruhi popularitas buku ini jika tidak dapat beradaptasi dengan cepat.</li> </ol>	<p>Kecemasan berlebih merupakan masalah umum, terutama di kalangan Generasi Z. Meskipun banyak buku jurnalung telah beredar, perancang harus menghadapi tantangan untuk membuat desain yang menarik perhatian. Dengan mengikuti perkembangan zaman, perancangan buku jurnalung ini memperkenalkan desain yang berbeda dari pesaingnya, menjadikannya menarik bagi Generasi Z untuk memilihnya.</p>	<p>Dengan merancang buku jurnalung ini, perancang mengikuti tren zaman dengan menciptakan layout dan tata letak yang unik dibandingkan dengan buku jurnalung lainnya. Desain yang berbeda ini ditujukan agar menarik perhatian Generasi Z dan mendorong mereka untuk dengan antusias menceritakan masalah mereka, dengan harapan dapat mengurangi gangguan kecemasan berlebih yang mereka alami.</p>

Kesimpulan:

Buku Jurnal "Titik Temu" penuh dengan kreativitas konten yang meliputi kegiatan seperti mewarnai, menggambar, dan menulis, serta mood tracker, yang memfasilitasi ekspresi diri secara unik. Keunggulan lainnya adalah portabilitasnya yang memungkinkan akses dan penggunaan yang mudah di mana saja. Namun demikian, buku ini mungkin perlu meningkatkan detail informasi terkait kesehatan mental untuk memenuhi kebutuhan pembaca yang mencari pemahaman lebih mendalam. Sementara itu, buku ini dapat mengambil peluang dari meningkatnya kesadaran akan kecemasan berlebih dan menarik perhatian kelompok sasaran yang lebih luas. Ancaman yang perlu dihadapi termasuk persaingan dengan produk sejenis dan perubahan tren yang dapat memengaruhi popularitasnya, memerlukan strategi pemasaran yang adaptif dan kuat.

Analisis SWOT ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan strategi pemasaran, meningkatkan keunggulan kompetitif, dan memperbaiki kelemahan yang mungkin ada dalam buku jurnal tersebut.

#### **4.4 Analisa Model 5W+1H**

- *What* (Apa)

Buku jurnal "Titik Temu" adalah buku jurnal yang memberikan panduan refleksi diri dan pengembangan pribadi. Ini mencakup metode penulisan terbukti efektif untuk membantu individu mengatasi kecemasan dan meraih kesejahteraan mental.

- *Who* (Siapa)

Penelitian perancangan Buku jurnal ini ditujukan untuk remaja dan Generasi Z, khususnya mereka yang berusia 18-25 tahun. Mereka yang baru menyelesaikan pendidikan formal dan menghadapi tantangan kecemasan, baik dari masalah pribadi, keluarga, maupun lingkungan sekitar.

- *When* (Kapan)

Penelitian Buku jurnaling ini dilakukan secara bertahap mulai dari bulan Desember 2023 sampai Juni 2024.

- *Why* (Kenapa)

Buku jurnaling “Titik Temu” dirancang untuk membantu individu mengatasi kecemasan, menciptakan pemahaman diri yang lebih dalam, dan memberikan panduan dalam mencapai keseimbangan emosional. Tujuannya adalah memberikan dukungan dan inspirasi dalam perjalanan pengembangan diri.

- *Where* (Dimana)

- Penentuan lokasi yang optimal untuk distribusi aplikasi akan disesuaikan dengan target yang telah ditetapkan, contohnya melibatkan area Jabodetabek. Begitu juga dengan buku ini, yang dapat digunakan di berbagai tempat seperti rumah, kampus, atau lingkungan sekitar. Karena sifatnya yang portabel, buku ini membantu individu merenung dan mengekspresikan diri di mana saja yang dianggap nyaman oleh pembaca.

- *How* (Bagaimana)

Buku jurnaling ini memberikan panduan langkah demi langkah, pengertian tentang kecemasan dan aktivitas-aktivitas tertentu untuk merangsang refleksi diri. Dengan pendekatan holistik, membantu pembaca dan penulis mengatasi stres, menetapkan tujuan, dan meraih kesejahteraan mental melalui kegiatan menulis jurnaling.

#### **4.5 Proses Perancangan Buku Jurnaling**

Dengan merancang buku jurnaling “Titik Temu” tujuannya adalah untuk membantu Generasi Z menghadapi gejala awal kecemasan dengan cara menulis jurnaling atau menceritakan tentang masalah yang sedang mereka hadapi serta membebaskan pikiran mereka. Kecemasan sendiri juga menjadi salah satu faktor

gejala yang jika dibiarkan bisa menjadi fatal, dikarenakan terlalu banyaknya memikirkan hal-hal yang seharusnya tidak dipikirkan membuat mereka menjadi khawatir tentang masa depan mereka. Dengan berbagi atau mencertikan pengalaman mereka, harapannya adalah agar mereka yang merasa sulit untuk berbicara atau tidak memiliki tempat untuk berbagi cerita merasa lebih terbuka, terhubung dengan diri mereka sendiri, dan mungkin mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang perkembangan pengalaman mereka.

Dalam pembuatan buku jurnaling ini, saya memilih untuk menggunakan pendekatan yang terfokus pada Generasi Z dengan memanfaatkan konsep teknologi. Hal ini menjadi sorotan utama di Era digital menjadi ciri khas dari Generasi Z karena mereka dibesarkan dalam lingkungan yang hampir seluruhnya terkoneksi secara digital. Generasi Z, yang hidup dengan teknologi sebagai bagian integral dari kehidupan mereka, sering kali memiliki smartphone yang selalu ada di tangan, memungkinkan mereka untuk mengakses informasi dan hiburan melalui internet dengan mudah. Penggunaan media sosial yang berlebih juga dapat menyebabkan kurangnya percaya diri dan merasa kesepian. Keterbatasan interaksi sosial dan tekanan dari media sosial dapat mengakibatkan perasaan hilangnya hubungan sosial. Selain tekanan sosial, Generasi Z juga menghadapi tekanan akademik yang meningkat. Generasi Z diharapkan cepat beradaptasi dengan perubahan dan bersaing di pasar kerja serta pendidikan. Mereka sering sekali bekerja keras, mencapai standar yang tinggi, dan mencapai tujuan dengan tingkat stres yang tinggi. Namun, hal ini dapat menyebabkan kelelahan, depresi, dan kecemasan.

Tujuan dari pendekatan desain teknologi yang berfokus pada Generasi Z adalah agar para pengguna atau penulis tidak merasa bosan dengan ilustrasi, warna, tipografi, tata letak, dan layout buku. Berdasarkan hasil kuesioner, Generasi Z cenderung menyukai desain dan ilustrasi yang sederhana dan bersih karena mereka menganggap estetika menjadi salah satu faktor penting dalam keputusan pembelian buku. Selain manfaat praktis dari buku tersebut, mereka juga senang memamerkan buku-buku mereka di sosial media.

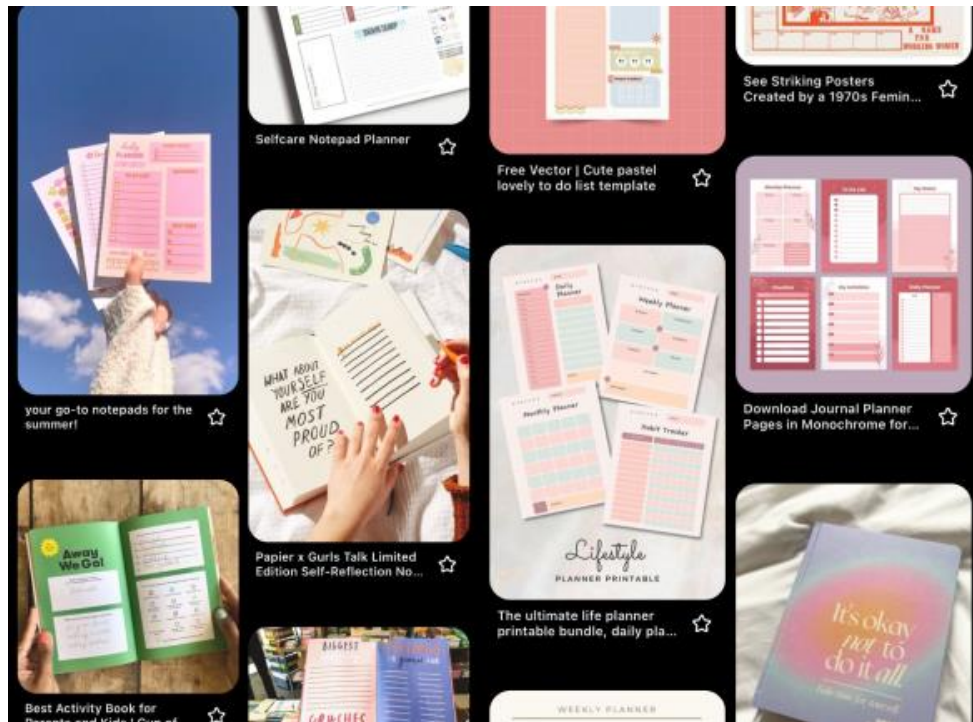
#### 4.5.1 Moodboard



Gambar IV.1 Moodboard Perancangan Buku Jurnalng

Moodboard yang digunakan dalam perancangan Buku Jurnalng "Titik Temu" mengusung konsep clean dan minimalist. Sentuhan warna soft serta ilustrasi ditambahkan untuk mendukung perancangan ini agar terlihat lebih menarik dan estetis.

## 4.5.2 Refrensi

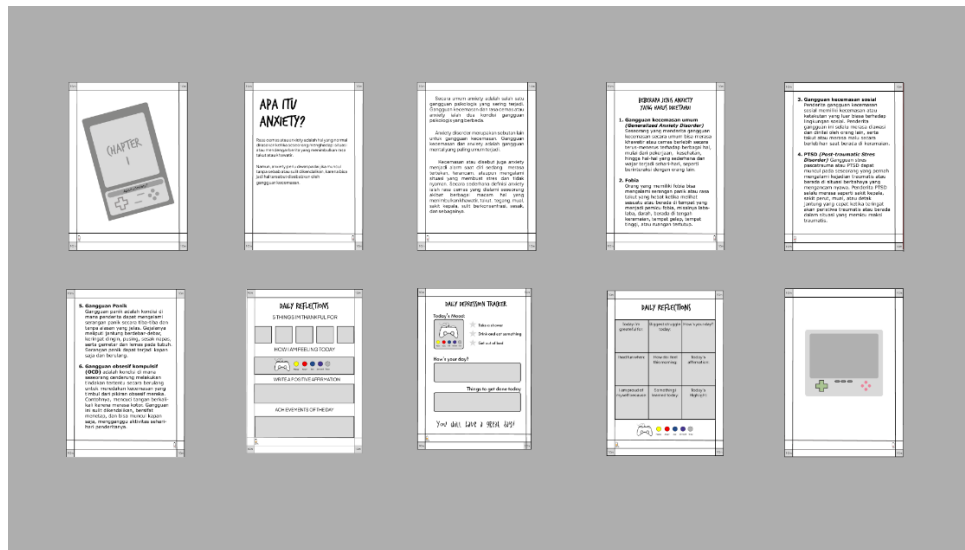


Gambar IV.2 Refrensi buku

Penggunaan referensi juga merupakan bagian penting dari proses perancangan buku jurnaling. Perancang mencari inspirasi dari platform media sosial seperti Pinterest. Dengan adanya referensi, perancangan buku jurnaling menjadi lebih kreatif dengan ide-ide yang unik, memastikan bahwa buku ini memiliki ciri khas yang membedakannya dari produk sejenis, dan menarik minat konsumen untuk membeli buku jurnaling.



### 4.5.3 Susunan buku (*Layout Book*)



Gambar IV.3 Susunan buku

Susunan buku merupakan elemen penting dalam proses perancangan buku jurnaling. Dengan menata komposisi sub-bab, tipografi, ilustrasi, halaman, daftar isi, dan tata letak dengan tepat, buku dapat menarik perhatian pembaca berdasarkan isi konten yang ditawarkan. Penataan layout yang baik membantu memandu pembaca melalui isi buku secara terstruktur, mempermudah navigasi, serta meningkatkan pengalaman membaca secara keseluruhan.

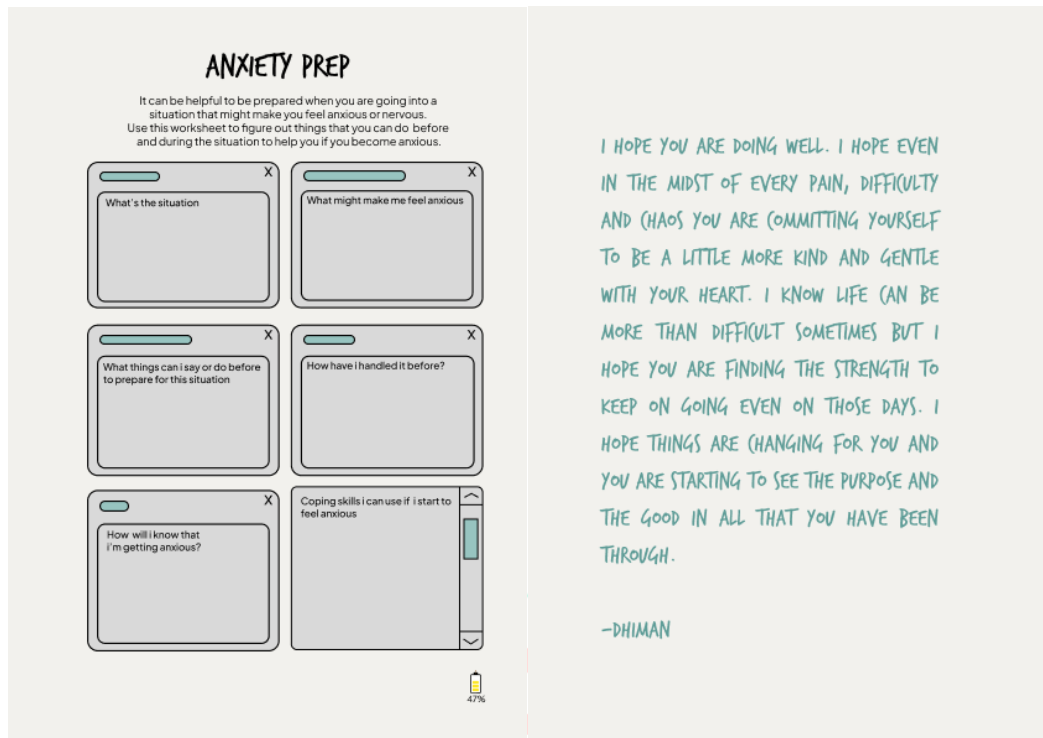
#### 4.5.4 Pemilihan Tata Letak

The image shows a wireframe of a 'DAILY REFLECTIONS' form. The form is titled 'DAILY REFLECTIONS' and is divided into several sections. The first section is '5 THINGS IM THANKFUL FOR', which contains five empty rectangular boxes for writing. The second section is 'HOW I AM FEELING TODAY', which includes a game controller icon and five colored circles representing different moods: Happy (yellow), Angry (red), Sad (blue), Stressed (purple), and Tired (grey). The third section is 'WRITE A POSITIVE AFFIRMATION', which is a large empty rectangular box. The fourth section is 'ACHIEVEMENTS OF THE DAY', which is another large empty rectangular box. The form is framed by a border with '1cm' labels at the corners.

Gambar IV.4 Pemilihan Tata Letak

Susunan Tata letak pada lembar halaman *Mental Health Tracker* rata-rata memilih menggunakan beberapa grid kotak agar lebih mudah diisi setiap hari, terorganisir dengan rapi, dan tidak membingungkan pembaca.

#### 4.5.5 Tata letak isi buku



Gambar IV.5 Tata letak isi buku

Penempatan konten/*Layout* dalam buku sangat berpengaruh terhadap susunan keseluruhan agar pembaca dapat dengan nyaman setelah mengisi beberapa pertanyaan yang telah disediakan dan tidak cepat merasa bosan setelah menggunakan halaman *Tracker*. Perancang mengatur semua penempatan tentang "*Tracker*" di halaman sebelah kiri buku, sementara di sebelah kanan fokus pada konten yang menginspirasi, menggambar, dan permainan. Tujuannya adalah agar pengguna jurnal tidak terpaku hanya pada pencatatan, tetapi juga dapat berinteraksi dengan konten selanjutnya agar tetap tertarik dengan isi buku.

### 4.6 Strategi Perencanaan Media

#### 4.6.1 Tujuan Media

Tujuan Buku Journaling ini untuk membantu Gen Z mencegah dan mengurangi kecemasan berlebih yang mereka alami, dengan dirancangnya Buku Journaling ini mereka bisa menceritakan masalah mereka tanpa merasa takut dan dapat membuat hidup mereka lebih terstruktur.

## 4.6.2 Strategi Media

Dalam menerbitkan buku jurnaling “Titik Temu”, diperlukan rencana promosi media yang terorganisir dengan baik untuk memastikan strategi pemasaran dapat mencapai target pasar yang sesuai.

Pra Event	Event	Paska Event
<ul style="list-style-type: none"><li>• Seminar dengan mengangkat isu kesehatan mental</li><li>• pre order book</li><li>• Poster yang disebarakan melalui Instagram dan X</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Booth &amp; launching buku</li><li>• T-shirt</li><li>• Gantungan kunci</li><li>• Sticker</li><li>• Bookmark (penanda hal) buku</li><li>• Pin</li><li>• Card Motivation</li><li>• Games</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evaluasi</li><li>• Dokumentasi</li><li>• Perencanaan acara</li></ul>

Gambar IV.6 Strategi Media

### 1. Pra Event

#### a. Seminar

Melakukan seminar di beberapa kampus tentang isu kesehatan mental yang umumnya dialami oleh Generasi Z sebagai bagian dari upaya promosi secara online dengan menggunakan twibbon.

#### b. Pre order

Dengan dilakukannya pre order produsen dapat mengetahui minat pasar sebelum produk diluncurkan, selain itu para konsumen akan lebih tertarik untuk membeli produk tersebut dikarenakan penerbitan buku yang terbatas dan mendapatkan merchandise sebelum diterbitkan.

#### c. Sosial media

Melalui desain poster, feeds ig dan promosi di sosial media lainnya untuk memberi daya tarik para konsumen.

### 2. Event

#### a. Booth

Menampilkan booth untuk memperkuat promosi kepada target pasar dengan konsep yang sesuai dengan buku jurnaling “Titik Temu” dan terdapat beberapa media pendukung seperti, gantungan kunci, *t-shirt*, pin, sticker, *bookmark* dan kartu motivasi. Selain itu saat penerbitan

buku, produsen mengadakan mini games untuk mendapatkan buku “Titik Temu”

b. Games

Selain itu saat penerbitan buku, produsen juga mengadakan mini games untuk mendapatkan buku “Titik Temu” dan voucher gratis untuk konsultan kepada para ahli kesehatan mental.

3. Paska *Event*

a. Evaluasi

Setelah buku jurnaling diterbitkan, produsen akan mengevaluasi kualitas konten serta manfaat yang ditawarkan kepada pembaca, dari isi hingga alasan mengapa harus membeli buku jurnaling “Titik Temu”

b. Dokumentasi

Melakukan dokumentasi yang diambil selama acara penerbitan berlangsung, dan beberapa pengunjung dan pelanggan berpartisipasi dalam permainan kecil sebagai bagian dari acara tersebut, semuanya dokumentasi dengan cara foto dan video untuk keperluan pemasaran kedepannya dari buku jurnaling "Titik Temu".

c. Perencanaan kegiatan.

Setelah melakukan semua kegiatan event, para produsen mendapatkan pembelajaran dari acara sebelumnya untuk merencanakan dan meningkatkan acara di pertemuan selanjutnya, termasuk menyesuaikan strategi pemasaran, mengidentifikasi peluang baru, atau membuat perubahan dalam perencanaan atau pelaksanaan acara.

#### 4.6.3 Biaya Media

Penulis merinci detail dan spesifikasi dari buku jurnaling ini agar dapat mengetahui jumlah biaya yang dibutuhkan untuk memproduksi karya. Spesifikasi dipaparkan mulai dari ukuran, bahan, jumlah lembar dan jenis penjilidan buku, serta cover buku.

#### Spesifikasi:

- Ukuran: 14,8 CM x 21 CM
- Cover: Soft cover
- Isi, Concorde bolak-balik
- Jumlah halaman, 90
- Jilid, *finishing* potong tumpuk
- Laminasi, *doff/matte*

Tabel IV.2 Biaya Media

No.	Daftar Bahan	Harga	Jumlah	Total
1	Soft cover + Jilid	30.000/ <i>pcs</i>	1	30.000
2	<i>Concorde paper</i>	10.000/lembar	12 x 10.500	126.000
3	Laminasi <i>doff/matte</i>	9.000/lembar	1	9.000

TOTAL: 165.000

## 4.7 Konsep Kreatif & Gaya Desain

Konsep yang akan dibahas dalam perancangan buku jurnaling berisi tentang isi buku.



Gambar IV.7 Konsep Kreat

### 1. Daftar isi

#### - Chapter 1

Halaman awal buku jurnaling akan membahas pengertian dan penjelasan mengenai kecemasan berlebih, serta memberikan arahan kepada pengguna tentang gejala-gejala yang mungkin dirasakannya, sehingga pengguna dapat mengenali masalah yang sedang dihadapinya.

#### - Chapter 2

Pada halaman kedua, buku akan membahas langkah-langkah yang perlu dilakukan dan yang sebaiknya dihindari saat mengalami kecemasan berlebihan, dengan tujuan membantu pengguna yang mengalaminya untuk mengendalikan pikiran mereka. Selain itu, halaman ini akan menekankan

pentingnya pengguna untuk berkembang dari permasalahan yang mereka hadapi.

- Chapter 3

Pada halaman ketiga, buku ini akan membahas tentang rutinitas sehari-hari pengguna dan menceritakan kegiatan yang membuat mereka merasa senang atau sedih. Selain itu, halaman ini juga menyoroti pentingnya bagi pengguna untuk tidak terperangkap dalam kecemasan berlebihan secara terus-menerus, dan mendorong mereka untuk bangkit dari masa-masa sulit tersebut.

- Chapter 4

Di halaman terakhir, buku ini akan mengevaluasi pengguna selama satu bulan penuh dalam pengisian jurnalnya dan menilai apakah ada perubahan atau perkembangan yang terjadi. Jika tidak ada perkembangan yang terlihat, buku ini menyarankan pengguna untuk berkonsultasi dengan seseorang yang lebih berpengalaman atau ahli dalam mengatasi gejala kecemasan tersebut.

## 2. Media interaktif

Dalam buku jurnaling "Titik Temu," terdapat berbagai media interaktif yang ditujukan kepada pengguna untuk memastikan agar tetap menarik bagi Generasi Z dan mencegah kebosanan selama proses pengisian jurnaling.

- a. Mewarnai
- b. Mood Tracker
- c. Menggambar
- d. Memberikan space kosong untuk mereka bercerita bebas
- e. Menjawab pertanyaan
- f. Bingo



### 4.7.1 Konsep Visual

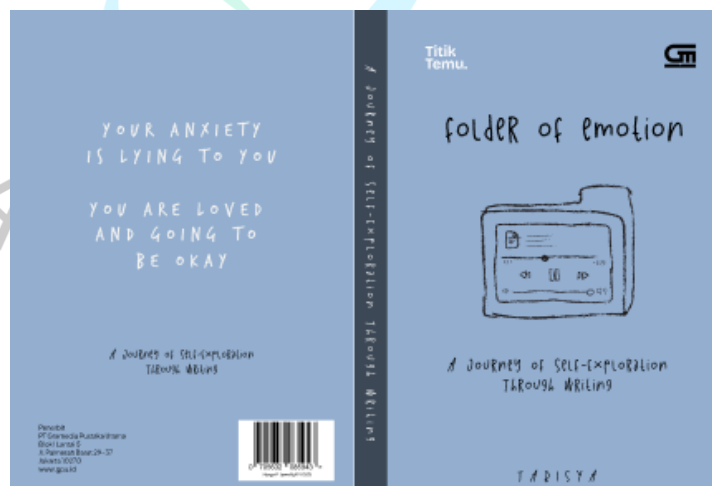
Konsep visual ini mencakup diskusi tentang konten moodboard, jenis huruf (font), referensi, key visual, (mindmap), palet warna, dan tata letak.

#### a. Sampul buku dan isi buku

Pada era Generasi Z, mayoritas Generasi Z sangat menyukai sampul buku dan isi buku yang sederhana dan estetika, seperti beberapa referensi desain sampul yang sangat simple dibawah ini:



Gambar IV.8 Refrensi sampul buku



Gambar IV.9 Cover buku

#### b. Font

Dalam perancangan buku jurnaling ini, fokus utamanya adalah pada penggunaan font Sans Serif dan font tulisan tangan (handwriting), karena

keduanya memiliki peranan kunci dalam estetika buku. Pemilihan font memiliki peran penting dalam memastikan keterbacaan bagi pembaca dan juga menarik bagi target pasar. Penulis telah menentukan beberapa jenis font untuk digunakan.

# TRASHHAND

FARMHOUSE CHILDERN

farmhouse childern

PLUS JAKARTA SANS

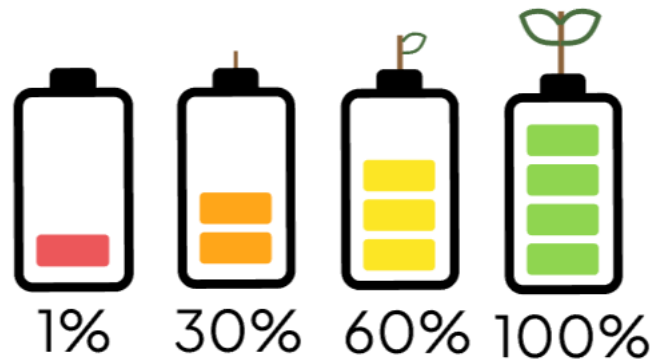
plus jakarta sans

Gambar IV.10 Font yang digunakan

c. Key visual

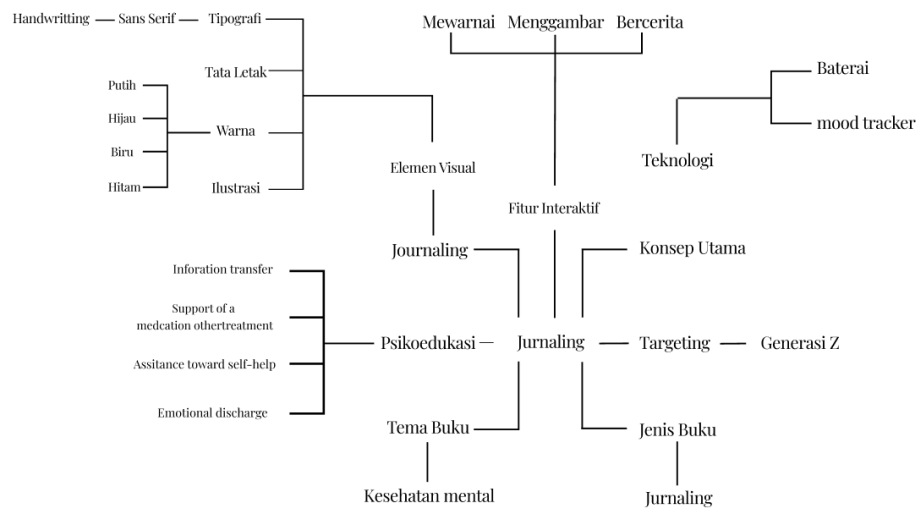
Key visual menjadi salah satu fitur yang membedakan buku jurnaling ini buku jurnaling lainnya, sehingga menjadi sangat penting dalam menciptakan identitas dan daya tarik unik bagi buku tersebut. Key visual dari buku jurnaling "Titik Temu" adalah gambaran sebuah baterai. Analogi ini menggambarkan keadaan sosial manusia seperti baterai, di mana ketika kita kehabisan energi, kita perlu "mengisi ulang"

untuk mendapatkan kembali energi dan semangat.



Gambar IV.11 Key Visual

d. *Mind mapping*



Gambar IV.12 Mind mapping

## E. Warna

Pemilihan palet warna juga sangat penting dalam desain buku jurnaling untuk mencegah pengguna dari kejenuhan saat melihat warna.



Gambar IV.13 Palet warna

### 4.8 Konsep Verbal

Dalam merancang buku jurnaling "Titik Temu," penulis memanfaatkan bahasa Indonesia, bahasa Inggris, dan bahasa gaul sehari-hari yang umum digunakan oleh anak-anak generasi Z. Pendekatan ini dilakukan agar pembaca buku jurnaling dapat lebih terhubung dengan bahasa yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari mereka, tanpa terlalu kaku dan formal. Tujuannya adalah agar pengguna buku jurnaling dapat lebih merasakan kedekatan dengan bahasa yang mereka gunakan dalam keseharian.

#### 4.8.1 Refrensi Visual

Dalam proses pembuatan buku jurnaling, penulis menemukan banyak inspirasi dan referensi dari media sosial, mulai dari tata letak, jenis huruf, pilihan warna, hingga konten yang diatur dalam buku jurnaling yang sedang dirancang.

1. Refrensi isi buku dan tata letak sendiri ditemukan di aplikasi yang bernama *Pinterest*.

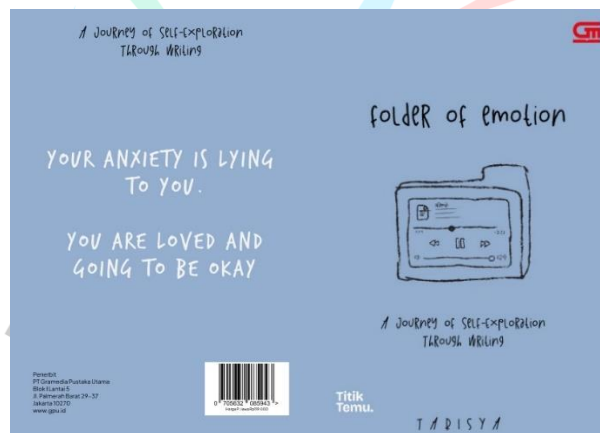
## 4.9 Konsep Perancangan Buku

### 4.9.1 Buku Jurnalng

1. Menjelaskan apa manfaat pengguna mengisi buku jurnalng
2. Menejelaskan apa kegunaan dari beberapa isi buku jurnalng.

### 4.9.2 Manfaat buku jurnalng

Menurut, Maud Purcell, seorang psikoterapis dan ahli dalam bidang journalng, menyatakan bahwa kegiatan jurnalng melibatkan aktivitas otak secara simultan dari kedua sisi, yaitu otak kiri yang cenderung rasional dan analitis, serta otak kanan yang lebih kreatif, sensitif, dan intuitif. Saat menulis jurnal, kedua bagian otak ini tetap aktif dan berkontribusi dalam prosesnya. Proses ini dapat membantu mengatasi hambatan mental yang mungkin kita hadapi. Selain itu, kegiatan ini memungkinkan kita untuk menggunakan kekuatan otak lebih secara keseluruhan, membantu kita untuk lebih memahami diri sendiri dan dunia di sekitar kita. Selain manfaat bagi kesehatan mental, journalng juga dapat merangsang kreativitas, karena memberikan kebebasan untuk menulis tanpa batasan, kapan pun dan bagaimana pun caranya.



Gambar IV.14 Cover & Back Cover

### 4.9.3 Cover & Back cover

Pada halaman utama buku ini, untuk menarik perhatian target pasar, penting bagi buku tersebut memiliki daya tarik tersendiri. Sebagai contoh, dalam perancangan buku jurnalng ini, untuk menarik perhatian generasi Z, perlu adanya

pendekatan gaya dan konten yang sesuai dengan generasi Z itu sendiri. Mengapa saya memilih menggunakan ilustrasi berbentuk folder untuk sampulnya? Folder memiliki kegunaan tersendiri, yaitu sebagai tempat untuk menyimpan berbagai file-data yang penting dan memfasilitasi dalam pengelompokan berbagai file tersebut, memisahkan yang penting dengan yang kurang penting.

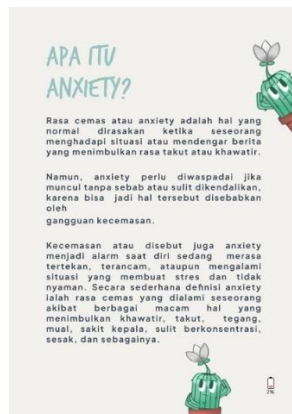
Kemudian, apa hubungannya dengan buku jurnaling ini? Perancang ingin menggambarkan bahwa buku jurnaling mirip dengan folder, yang berfungsi sebagai tempat untuk menyimpan data-data penting. Buku jurnaling ini bermanfaat untuk menyimpan semua perasaan orang-orang yang mungkin saat itu tidak memiliki teman untuk berbicara, dan yang mengetahui isi dari buku tersebut hanya pengguna buku jurnaling tersebut sendiri.

#### 4.9.4 Chapter utama



Gambar IV.15 Chapter 1

Halaman pertama, digunakan desain dengan ilustrasi permainan yang disebut game bot. Mengapa perancang memilih ilustrasi tersebut untuk buku jurnaling ini? Hal ini karena konsep buku jurnaling itu sendiri terkait dengan teknologi. Mengapa teknologi? Karena target pasar untuk buku jurnaling ini adalah generasi Z, yang sangat terhubung dengan teknologi dan menggunakannya secara luas dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, ilustrasi tersebut cocok untuk dimasukkan ke dalam buku jurnaling ini. Generasi Z juga cenderung menyukai bermain game, sehingga ilustrasi tersebut sangat sesuai dengan target pasar generasi Z.



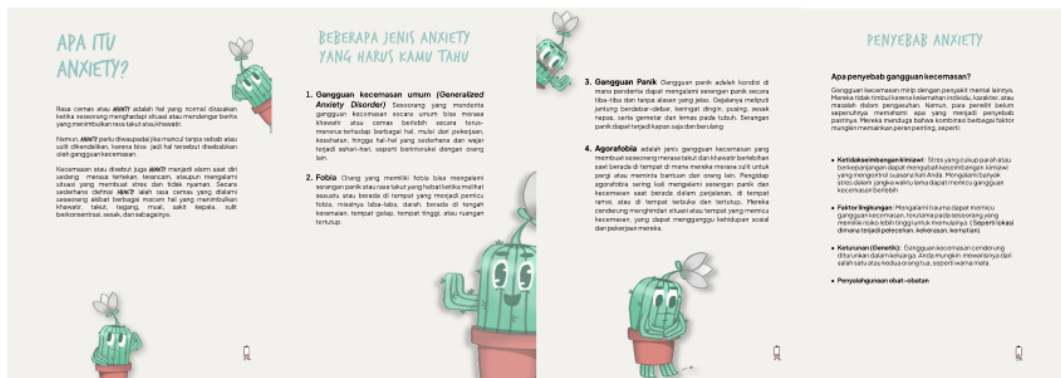
Gambar IV.16 Penjelasan tentang kecemasan

Selanjutnya dalam buku jurnaling menjelaskan tentang konsep "apa itu kecemasan" dengan alasan pentingnya penjelasan tentang kecemasan. Kecemasan adalah salah satu masalah umum yang sering dialami oleh remaja, yang disebabkan oleh pikiran yang berlebihan tentang masa depan, menyebabkan mereka merasa tidak aman dan cemas. Banyak remaja mungkin tidak menyadari apakah mereka mengalami kecemasan atau tidak karena stigma yang melekat pada kondisi tersebut, yang membuat mereka takut dianggap aneh atau tidak normal.



Gambar IV.17 Ilustrasi karakter

Ilustrasi yang terdapat dalam buku jurnaling ini menggambarkan beberapa ekspresi yang mungkin muncul saat mengalami kecemasan. Ilustrasi ini dibuat oleh salah satu rekan skripsi yang memiliki peran penting dalam memahami karakteristik-karakteristik yang mungkin muncul ketika mengalami kecemasan tanpa disadari.



Gambar IV.18 Jenis Kecemasan Berlebih

Di halaman utama ini juga dijelaskan beberapa jenis kecemasan karena kecemasan tidak hanya memiliki satu jenis, tetapi ada beberapa gejala kecemasan yang sering terjadi. Namun, tanpa disadari, kita mungkin memilih untuk tidak mencari pengobatan, karena menganggap bahwa itu adalah hal yang umum terjadi.

#### 4.9.5 Chapter II

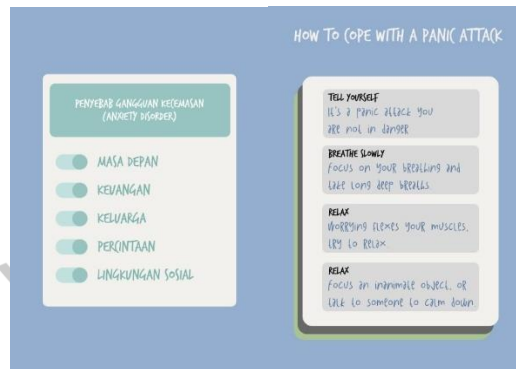


Gambar IV.19 Chapter II

Halaman ini akan mengidentifikasi ciri-ciri seseorang yang mengalami gejala kecemasan. Selain itu, bab kedua juga akan membahas strategi untuk mengatasi gejala kecemasan tersebut dan menjelaskan teknik untuk memahami serta memberikan bantuan kepada orang yang mengalami kecemasan. Halaman ini



akan memungkinkan kita untuk memberikan dukungan yang tepat kepada mereka yang sedang mengalami kecemasan.



Gambar IV.20 Penyebab kecemasan

Pada halaman selanjutnya menjelaskan tentang penyebab paling banyak orang terkena gejala kecemasan berlebih seperti dari terlalu banyak memikirkan masa depan yang takut tidak sesuai dengan realita, lalu ada tentang keungan yang membuat memikir untuk kedepannya jika tidak punya uang bagaimana, selanjutnya ada keluarga kenapa keluarga juga termasuk dikarenakan banyaknya tuntutan dari keluarga kepada anak yang membuat mereka stress dan terlalu memikirkan tentang perkataan orang tua mereka jika tidak terwujud orang tua mereka akan marah kepada anaknya. Selanjutnya ada percintaan mengapa percintaan juga termasuk dalam kecemasan berlebih, berdasarkan hasil survey kepada generasi z mereka mengalami kecemasan berlebih karena percintaan yang tidak bagus seperti putusnya hubungan dengan pacar maupun bertengkar yang hebat sehingga menjadi cemas secara berlebih. Selanjutnya, dibahas juga mengenai lingkungan sosial yang tidak mendukung, di mana individu yang mengalami gejala kecemasan berlebihan merasa tertekan oleh banyaknya harapan dan kritikan dari orang lain, yang akhirnya memperburuk kecemasan mereka.

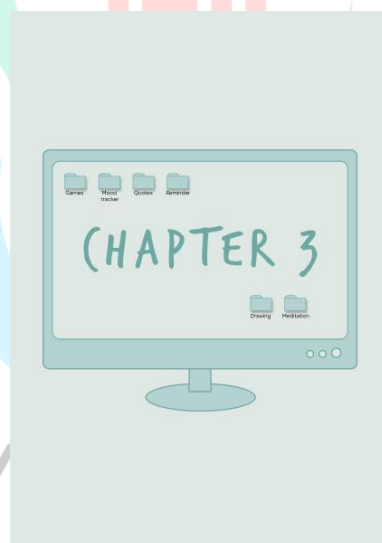
Selanjutnya, desain di halaman berikutnya menjelaskan apa yang harus dilakukan dan tidak saat mendengarkan cerita tentang kecemasan berlebih, dengan tujuan untuk mencapai ketenangan dan mengurangi gangguan dari kecemasan berlebih.



Gambar IV.21 Do's and Dont's

Di halaman ini, menjelaskan tindakan yang perlu dilakukan dan dihindari saat menghadapi atau merasakan kecemasan yang berlebihan. Hal ini bertujuan untuk memberikan panduan bagi individu dalam mengelola dan merespons kecemasan yang sedang di alami dengan cara yang efektif dan sehat.

#### 4.9.6 Chapter III



Gambar IV.22 Chapter III

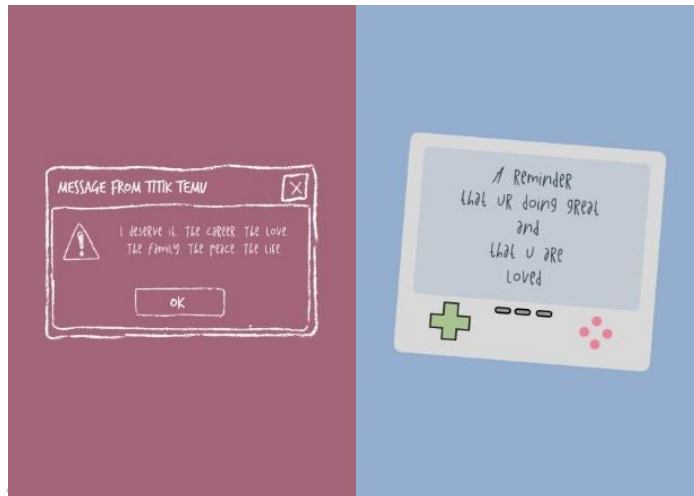
Chapter III akan menawarkan sejumlah kegiatan interaktif yang memungkinkan para penulis jurnal untuk memantau perkembangan perasaan mereka sehari-hari, sehingga mereka dapat mengevaluasi apakah perasaan mereka selama ini baik atau tidak. Dengan adanya buku ini, para pengguna tidak akan merasa kebingungan lagi saat ingin berbicara tentang perasaan mereka hari ini

kepada siapa pun. Selain itu di chapter III ini juga berisi konten tentang mood tracker, menggambar, mewarnai, quotes dan mini games yang dapat dimainkan sendiri.



Gambar IV.23 Mood tracker.

Mood Mood tracker merupakan salah satu yang memungkinkan pengguna untuk melacak perkembangan emosional mereka dan mengetahui bagaimana perasaan mereka setiap harinya, memungkinkan mereka untuk memantau apakah mereka mengalami perubahan dari situasi sedih menjadi bahagia. Pertanyaan-pertanyaan pada alat mood tracker mental berdasarkan hasil wawancara dengan seorang dosen psikologi. Di dalam Chapter III ini, perancang menggunakan metode pelacak sebanyak 31 halaman dengan konten yang serupa, namun dengan tata letak, warna, dan jenis huruf yang berbeda pada setiap desainnya. Hal ini bertujuan untuk mencegah pengisi jurnal merasa bosan, sambil memungkinkan mereka untuk melihat apakah ada kemajuan dalam pengalaman jurnal mereka. Perkembangan pengisi jurnaling apakah mereka ada kemajuan atau tidak sama sekali.



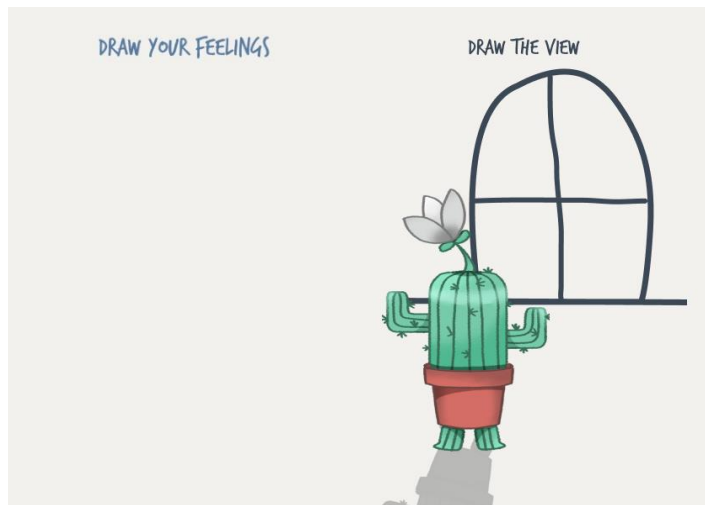
Gambar IV.24 Kutipan motivasi

Di samping mood tracker, pada halaman-halaman Chapter III juga terdapat kutipan-kutipan penyemangat yang ditujukan kepada pengisi jurnal. Tujuannya adalah agar mereka merasa dicintai, semangat dan didukung.



Gambar IV.25 Games

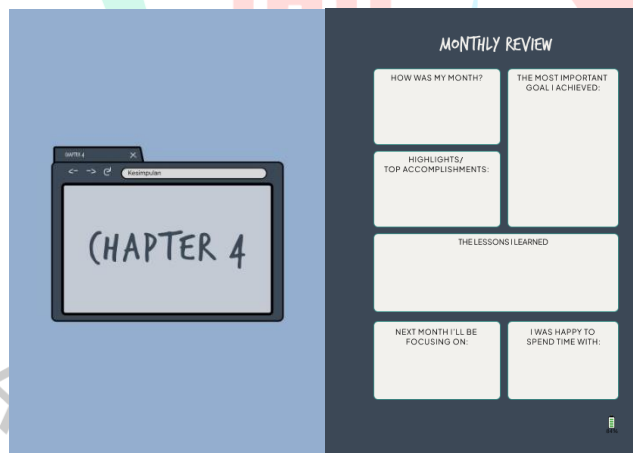
Untuk mencegah kebosanan, perancang telah menambahkan permainan atau tantangan bagi para pengguna jurnal.



Gambar IV.26 Halaman Menggambar

Perancang juga menyertakan halaman kosong dengan instruksi kepada pengguna buku jurnaling untuk mengekspresikan semua perasaan dan ide mereka, mau mereka merasa baik maupun tidak baik.

#### 4.9.7 Chapter IV



Gambar IV.27 Chapter IV

Pada chapter terakhir, akan disimpulkan semua hasil yang dicatat oleh pengguna jurnal, apakah mereka mengalami peningkatan atau penurunan dalam kecemasan mereka. Jika kecemasannya masih berlanjut, pengguna diarahkan untuk mendapatkan perawatan lebih lanjut dari profesional kesehatan mental, mungkin dengan resep obat dari Psikolog dan Psikiater.

## 4.10 Penerapan Desain

### 4.10.1 Media Utama



Gambar IV.28 Chapter IV

Pada bagian cover halaman depan terdapat ilustrasi bergambar folder, dengan konsep utama yaitu penyimpanan, selain itu terdapat logo penerbit buku, nama pencipta buku, nama buku dan logo team “Titik Temu”

Bagian belakang cover buku jurnaling Titik Temu yang berjudul “*Folder of Emotion*” berisikan tentang keterangan PT penerbit buku, barcode, harga buku dan quotes buku yang mengenai kecemasan berlebih.

### 4.10.2 Media Pendukung

#### 1. Bookmark



Gambar IV.29 Bookmark

*Bookmark* adalah alat pembatas buku untuk mempermudah pembaca menemukan halaman terakhir yang mereka baca.

## 2. Poster



Gambar IV.30 Poster

Isi konten pada poster buku jurnaling adalah mengenalkan apa isi buku jurnaling *Folder of Emotion*, lalu siapa saja target dari buku jurnaling ini sendiri.

### 3. Flyer



Gambar IV.31 Flyer

Flyer ini berisikan konten tentang peluncuran perdana buku jurnaling terbaru dan mendapatkan potongan harga jika menjadi pembeli pertama.

### 4. Notepads



Gambar IV.32 Notepads

Notepads sendiri digunakan untuk menuliskan kegiatan apa aja yang harus dilakukan dihari ini, menerapkan kegiatan di minggu ini, dan memberi pesan kepada diri sendiri seperti kata-kata penyemangat.



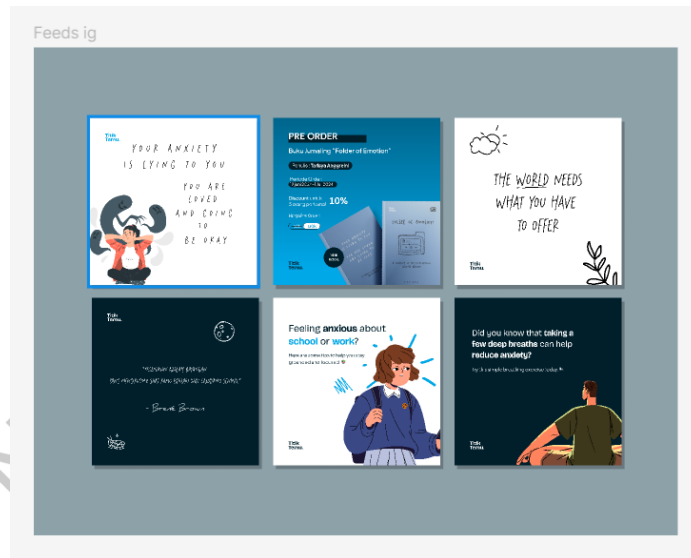
## 5. Flashcarrd (Kalendar)



Gambar IV.33 Flashcarrd Kalendar

Flashcarrd ini sendiri sangat bersahabat dengan Gen Z, karna bisa digantung dan dibawa kemana saja.

## 6. Feeds Instagram



Gambar IV.34 Feeds Instagram

- Feeds Instagram adalah elemen penting untuk promosi produk atau jasa. Feeds ini berisi informasi tentang kecemasan, motivasi, edukasi, dan promosi produk "Titik Temu."

## 7. Sticker



Gambar IV.35 Sticker

Sticker sendiri adalah hal yang paling sering digunakan dan dijadikan media pendukung, sticker juga sangat digemari oleh Masyarakat dari anak kecil hingga orang dewasa.

## 8. Greeting Card



Gambar IV.36 Greeting card

Greeting card berisikan konten semangat kepada orang yang mengalami kecemasan berlebih, greeting card ini dibagikan ketika mereka mengunjungi booth pameran.

Dengan memanfaatkan berbagai media pendukung ini, proyek tugas akhir ini diharapkan mampu memberikan solusi komprehensif dan efektif dalam mengatasi kecemasan berlebih pada remaja Gen Z.