

**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI *ART THERAPY*
SENI RUPA SEBAGAI METODE REDUKSI STRES**

TUGAS AKHIR PENCIPTAAN



Diajukan oleh:

Yunifa Tri Safariyani

NIM 1712478024

PROGRAM STUDI S-1 DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

JURUSAN DESAIN FAKULTAS SENI RUPA

INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA

2022

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Perancangan:

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI *ART THERAPY* SENI RUPA SEBAGAI METODE REDUKSI STRES diajukan oleh Yunifa Tri Safariyani, 1712478024, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 13 Juni 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Pembimbing I/Penguji/Ketua Sidang



Dr. Prayanto Widyo Harsanto, M. Sn.

NIP 19630211 199903 1 001/NIDN 0011026307

Pembimbing II/Penguji



Andika Indrayana, S.Sn., M.Ds.

NIP 19821113 201404 1 001/ NIDN 0013118201

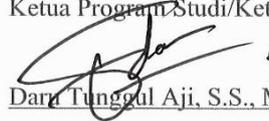
Cognate/Penguji Ahli



Kadek Primayudi, S.Sn, M.Sn.

NIP 19810615 201404 1 001/NIDN 0015068106

Ketua Program Studi/Ketua/Anggota



Dara Tunggal Aji, S.S., M.A.

NIP 19870103 201504 1 002/NIDN 0003018706

Mengetahui,

Dekan Fakultas Seni Rupa

Institut Seni Indonesia Yogyakarta




Dr. Eimul Raharjo, M.Hum.

NIP 19691108 199303 1 001/NIDN 0008116906

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Perancangan Buku Ilustrasi *Art Therapy* Seni Rupa Sebagai Metode Reduksi Stres”. Dalam perancangan ini dibahas mengenai beberapa metode aktivitas seni rupa yang dapat dimanfaatkan sebagai terapi alternative bagi masyarakat yang mengalami gangguan mental. Adapun maksud dan tujuan dari penulisan Tugas Akhir ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat untuk mengikuti sidang Tugas Akhir, Jurusan Desain Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

Selama penelitian dan penulisan Tugas Akhir ini banyak sekali hambatan yang penulis alami, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis beranggapan bahwa Tugas Akhir ini merupakan karya terbaik yang dapat penulis persembahkan. Tetapi penulis menyadari bahwa tidak tertutup kemungkinan didalamnya terdapat kekurangan-kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.

Purworejo, 24 Mei 2022

Yunifa Tri Safariyani

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan serta petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Timbul Raharjo, M.Hum., selaku Dekan FSR ISI Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Bapak Daru Tunggul Aji, S.S., M.A. selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual ISI Yogyakarta atas petunjuk dan nasehatnya kepada penulis.
3. Bapak Dr. Prayanto W.H, M. Sn., selaku dosen Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dorongan kepada penulis sehingga penyusunan Tugas Akhir ini berjalan dengan baik.
4. Bapak Andika Indrayana, S.Sn., M.Ds., selaku dosen Pembimbing II atas segala bimbingan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
5. Staf dosen yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama mengikuti studi.
6. Ayahanda Muhammad Fanani dan Endang Sri Rahayu tercinta atas segala bantuan, bimbingan, dorongan serta doa restu yang diberikan kepada penulis selama penyusunan Tugas Akhir ini.
7. Kakak-kakak tersayang Baihaqi Septianto dan Narumi Dwi Ramadhanti atas dorongan yang diberikan kepada penulis.
8. Dangu Prasetyo atas semangat setiap saat yang diberikan pada penulis.
9. Teman-teman serta sahabat yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu atas dorongan yang diberikan kepada penulis.

LEMBAR PERNYATAAN
PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yunifa Tri Safariyani
NIM : 1712478024
Fakultas : Seni Rupa
Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberika kepada UPT Perpustakaan Institut Seni Indonesia Yogyakarta, karya Tugas Akhir Perancangan yang berjudul **“Perancangan Buku Ilustrasi *Art Therapy* Seni Rupa Sebagai Metode Reduksi Stres”**. Dengan demikian penulis memberikan kepada UPT Perpustakaan Institut Seni Indonesia Yogyakarta hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selaku penulis.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Purworejo, 28 Mei 2022

Yunifa Tri Safariyani
NIM 1712478024

ABSTRAK

Seiring berkembang pesatnya zaman modern saat ini, berakibat semakin banyak pula perubahan yang ditemui. Meskipun banyak dampak positif yang didapatkan, tidak dipungkiri bahwa perubahan tersebut juga membawa kerugian bagi beberapa kalangan masyarakat terutama pada gangguan mental yakni stres. Hal ini berdampak pada salah satu kota/daerah di Indonesia yaitu Yogyakarta, tingginya kasus stres di kota tersebut membuat pemerintah harus turun tangan untuk mengimbau masyarakat agar lebih pandai dalam mengelola stresnya sendiri. Akan tetapi Yogyakarta sebagai kota yang memiliki status mayoritas penduduk perekonomiannya menengah ke bawah menolak untuk ditangani secara profesional dengan didampingi para ahli psikolog yang perlu mengeluarkan banyak biaya. Selain itu minimnya literasi mengenai pentingnya kesehatan mental, mengakibatkan banyak masyarakat di sana yang tidak menghiraukan stres bahkan beberapa membiarkan gangguan mental tersebut menyebar di pikirannya dalam jangka waktu yang lama sehingga berujung bunuh diri.

Sebagian besar literatur masih belum ada yang membahas mengenai metode reduksi stres yang dapat dilakukan sendiri tanpa adanya lisensi, murah/tanpa biaya, unik dan tentunya menyenangkan yakni salah satunya menggunakan metode Art Therapy Seni Rupa. Art Therapy Seni Rupa merupakan jenis terapi psikologi yang melibatkan aktivitas seni rupa seperti, melukis, mewarnai, menyulam, dan fotografi. Pelaksanaannya pun sangat mudah bahkan dapat dilakukan sendiri tanpa perlu didampingi ahli psikiater/art therapist yang memerlukan biaya, metode ini cukup menggunakan/memanfaatkan alat-alat yang berada di sekitar kita seperti pensil, bolpen, cat, benang, jarum dsb.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk merancang dan menyusun sebuah buku ilustrasi mengenai Art Therapy seni rupa sebagai metode reduksi stres. Metode yang digunakan pada perancangan ini adalah metode penelitian kualitatif dengan tahapan pengumpulan data primer dan sekunder, identifikasi dan analisis data, konsep desain buku, proses desain buku, kemudian hasil akhir buku. Penelitian ini menghasilkan purwarupa berupa buku dengan pendekatan ilustrasi sebagai media sekaligus literatur untuk mengenalkan metode reduksi stres yakni Art Therapy seni rupa yang disajikan secara kreatif dan menarik sehingga dapat memberikan motivasi belajar dan pemahaman bagi siswa Sekolah Menengah Atas/Kejuruan dan mahasiswa semester awal yang ingin mengetahui bidang desain dengan lebih luas.

Kata kunci: stres, *Art Therapy*, seni rupa, psikiater, *art therapist*, literatur

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Batasan Masalah	4
D. Tujuan Perancangan	4
E. Manfaat Perancangan	4
F. Definisi Operasional	5
G. Metode Perancangan	5
H. Metode Analisis Data	8
I. Skematika Perancangan	9

BAB II. IDENTIFIKASI DAN ANALISIS

A. Studi Literatur	10
B. Data Lapangan	25
C. Analisis 5W+1H	27

BAB III. KONSEP DESAIN

A. Konsep Kreatif	31
B. Strategi Kreatif	31
C. Program Kreatif	34
D. Peralatan Produksi	46

BAB IV. PROSES DESAIN

A. Studi Visual	48
B. Studi Warna	50

C. Sketsa Layout Buku	50
D. Sketsa Layout Sampul Buku	54
E. Hasil Akhir Buku	54
F. Graphic Standard Manual (GSM)	60
G. Poster Pameran Tugas Akhir	68
H. Katalog Pameran Tugas Akhir	69
I. Media pendukung	70

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	74
B. Saran	74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Hello Stress	7
Gambar 1.1 Skematika Perancangan	9
Gambar 2.1 <i>Realism Art</i>	12
Gambar 2.2 <i>Decorative Art</i>	13
Gambar 2.3 <i>Cartoon Art</i>	13
Gambar 2.4 <i>Comic Art</i>	14
Gambar 2.5 Cergam	15
Gambar 2.6 <i>Illusion Illustration</i>	15
Gambar 3.1 <i>Flat Illustration</i>	33
Gambar 4.1 Aktivitas Melukis	48
Gambar 4.2 Peralatan Melukis	48
Gambar 4.3 Peralatan Mewarnai	49
Gambar 4.4 Peralatan Menyulam	49
Gambar 4.5 Peralatan Fotografi	50
Gambar 4.6 Palet Warna Ilustrasi	50
Gambar 4.7-4.22 Sketsa Layout Buku Secara Keseluruhan	53
Gambar 4.23 Sketsa Layout Depan Buku	54
Gambar 4.24 Cover Depan dan Belakang Buku	55
Gambar 4.25 Sub Cover	55
Gambar 4.26 Kolofon Buku	55
Gambar 4.27 Kata Pengantar	55
Gambar 4.28 Kolofon Buku	56
Gambar 4.29 Daftar Isi	56
Gambar 4.30 Apa dan Bagaimana Cara Kerja <i>Art Therapy</i>	56
Gambar 4.31 Apa dan Bagaimana Cara Kerja <i>Art Therapy</i>	57
Gambar 4.32 Tujuan dan Manfaat <i>Art Therapy</i>	57
Gambar 4.33 Perkembangan <i>Art Therapy</i>	57
Gambar 4.34 Perkembangan <i>Art Therapy</i>	58
Gambar 4.35 <i>Art Therapy</i> Atasi Stres	58
Gambar 4.36 <i>Art Therapy</i> Seni Rupa	58
Gambar 4.37 <i>Art Therapy</i> Melukis dan Mewarnai	59
Gambar 4.38 <i>Art Therapy</i> Melukis dan Mewarnai	59

Gambar 4.39 <i>Art Therapy</i> Menyulam	59
Gambar 4.40 <i>Art Therapy</i> Fotografi.....	60
Gambar 4.41 GSM Cover	60
Gambar 4.42 GSM Sub Cover	61
Gambar 4.43 GSM Daftar Isi	61
Gambar 4.44 GSM Latar Belakang	62
Gambar 4.45 GSM Rumusan, Tujuan, dan Manfaat Perancangan	62
Gambar 4.46 Target Audiens dan Target Market	63
Gambar 4.47 GSM Skematika Perancangan	63
Gambar 4.48 GSM Visualisasi Font	64
Gambar 4.49 GSM Visualisasi Palet Warna	64
Gambar 4.50 GSM Visualisasi Media Utama	65
Gambar 4.51 GSM Visualisasi Media Utama	65
Gambar 4.52 GSM Visualisasi Media Utama	66
Gambar 4.53 GSM Visualisasi Media Utama	66
Gambar 4.54 GSM Visualisasi Media Pendukung	67
Gambar 4.55 GSM Cover Belakang	67
Gambar 4.56 Poster Pameran	68
Gambar 4.57 Mockup Poster Pameran	68
Gambar 4.58 Katalog Pameran Muka Depan	69
Gambar 4.59 Katalog Pameran Muka Belakang	69
Gambar 4.60 Mockup Katalog Pameran	70
Gambar 4.61 Cover Sketchbook	70
Gambar 4.62 Sketchbook Tampak Belakang	71
Gambar 4.63 Mockup Sketchbook	71
Gambar 4.64 Pembatas Buku	72
Gambar 4.65 Mockup Pembatas Buku	72
Gambar 4.66 Sticker.....	73

BAB I.

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring berkembang pesatnya zaman modern saat ini, berakibat semakin banyak pula perubahan yang ditemui. Meskipun banyak dampak positif yang didapatkan, tidak dipungkiri bahwa perubahan tersebut juga membawa kerugian bagi beberapa kalangan masyarakat terutama pada kesehatan mental. Adanya perubahan pola kehidupan ini, membuat masyarakat diharuskan untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri. Namun tentunya tidak semua orang dapat dengan mudahnya mencapai dan melaksanakan perubahan tersebut, hingga tidak menutup kemungkinan berdampak menjadi stres (Gunarsa, 2011). Menurut hasil survey Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), kasus stres dan depresi di Indonesia meningkat di satu tahun terakhir ini yakni dari 5.661 orang di 31 provinsi antara 4 April dan 7 Oktober 2020 menunjukkan, sebesar 68 persen responden di antaranya mengalami masalah kejiwaan. Beberapa diantaranya bahkan berkeinginan untuk melakukan bunuh diri. Dari paparan hasil survei tersebut, menunjukkan bahwa kesehatan mental masyarakat Indonesia saat ini sedang berada di kondisi yang memprihatinkan.

Stres dapat dialami oleh siapa saja dan tidak mengenal usia. Akan tetapi usia yang lebih rawan terkena stres menurut psikolog Tara de Thouars adalah usia dewasa muda dengan kisaran usia 20-29 tahun. Selain dari aspek usia, stres juga rentan terjadi di perkotaan dibandingkan dengan di pedesaan. Seperti hasil studi dari para peneliti di Carnegie Mellon University, dalam jangka waktu 26 tahun tingkatan stres dalam penduduk perkotaan mengalami kenaikan 18-24 persen. Kedua kondisi tersebut menjadi aspek kuat penderita stres karena banyaknya tuntutan dan keinginan yang membuat mereka diharuskan untuk selalu produktif. Tentunya hal tersebut membuat mereka mudah merasa jenuh, lelah, hingga berujung stres. Stres merupakan stres yang bersifat negatif karena stres yang berlarut-larut. Sehingga dapat mengakibatkan seseorang rela melakukan bunuh diri untuk bebas dari stres. Terdapat beberapa kasus stres berujung bunuh diri yang dialami masyarakat di usia produktif. Dilansir dari situs cnnindonesia.com,

mengungkapkan kasus bunuh diri yang dialami seorang mahasiswi semester 5 fakultas teknik industri di salah satu kampus swasta di Yogyakarta, ditemukan tidak sadarkan diri di kamar kostnya tepatnya wilayah Caturtunggal, Depok, Sleman, DIY, pada hari Kamis (21/10). Diduga penyebabnya adalah menumpuknya tugas kuliah yang berakibat mahasiswi tersebut menjadi stres. Hingga pada akhirnya ia membeli dan meminum racun tikus. Kasus lain juga terjadi di wilayah Sragen, Jawa Tengah. Dilansir dari solopos.com, seorang pemuda berusia 28 tahun asal Sragen Kulon ditemukan tidak sadarkan diri di kamar kostnya. Diduga pemuda tersebut melakukan gantung diri karena mengalami stres akibat pemutusan hubungan kerja (PHK). Dari kasus-kasus tersebut sudah terlihat jelas bahwa stres bukanlah suatu penyakit yang biasa, tidak dipungkiri bahwa stres dapat menjadi penyakit mental yang berbahaya apabila tekanan yang dihadapi seseorang dengan kemampuan untuk menghadapi tekanan tersebut tidak seimbang sehingga tidak adanya kemampuan/kekuatan yang cukup untuk melawannya (Lazarus & Folkman, 1984).

Ditinjau dari beberapa pemaparan di atas, didapatkan faktor-faktor yang mendasari seseorang di masa usia produktif mengalami stres. Antara lain, kurangnya kesadaran masyarakat mengenai kesehatan mental sejak dini, perubahan pola hidup, tidak seimbangnya antara tekanan dengan kekuatan yang dimiliki, serta kurangnya literasi mengenai solusi alternatif terapi apa yang bisa dilakukan agar mencegah stres berkepanjangan. Menurut dr. Theresia Rina Yunita, banyak terapi psikologis yang tersedia untuk membantu mengatasi masalah kesehatan mental. Sayangnya, stigma 'orang gila' dan faktor ekonomi yang rendah membuat banyak dari mereka yang membutuhkan bantuan enggan menjalani terapi. Padahal, terapi psikologis bukan hanya dilakukan oleh orang dengan gangguan mental saja. Beberapa terapi psikologis yang telah terbukti efektif bagi kesehatan mental antara lain Cognitive Behavioural Therapy (CBT), Interpersonal Therapy (IT), Terapi Pernikahan dan Keluarga, Psychodynamic Therapy, *Art Therapy*, Psikoedukasi, Hipnoterapi. Dari banyaknya jenis terapi yang ada dalam dunia psikologis untuk menghadapi permasalahan psikis, terdapat salah satu jenis therapy yang dianggap menarik dan mengasyikkan yaitu *Art Therapy*. *Art Therapy* merupakan terapi psikologis dengan meluapkan

emosinya melalui media seni. Terapi ini bisa dilakukan sendiri tanpa adanya lisensi/ahli yang mendampingi sehingga tidak perlu banyak mengeluarkan biaya untuk melakukan terapi ini.

Namun di Indonesia sendiri *Art Therapy* masih belum begitu familiar di kalangan masyarakat, padahal terapi ini sangat membantu khususnya bagi masyarakat produktif yang ingin mencoba hal unik dan menyenangkan. Padahal seni tidak hanya dapat dijadikan hanya sebagai hobi, namun juga berpengaruh cukup besar bagi kesehatan mental. *Art Therapy* juga sangat membantu dalam mengatasi gangguan emosi, menyelesaikan konflik, mengurangi beban pikiran, mengurangi perilaku bermasalah, serta meningkatkan kebahagiaan hidup. Adapun kegiatannya dapat berupa seperti melukis, mewarnai, merajut, menyulam, memainkan musik, menari serta kegiatan lainnya. Dalam beberapa metode tersebut, penulis berfokus pada aktivitas seni rupa, karena pada dasarnya aktivitas tersebut sudah dikenali banyak orang dan mudah dilakukan oleh orang awam, salah satu aktivitasnya adalah melukis. Melukis dipercaya dapat mengurangi bahkan menghilangkan stres. Seperti kasus yang dialami Maria Darmaningsih, ia mengalami stres karena mengidap penyakit Covid-19 yang membuatnya merasa putus asa dan tidak ada harapan untuk hidup. Hingga pada akhirnya seorang psikolog menunjukkan padanya untuk melakukan kegiatan menyenangkan yang dapat membuang pikiran negatifnya melalui melukis. Kemudian ia memilih untuk mulai berkarya melalui media cat air dengan kertas gambar yang kemudian dicetak ke dalam tas kanvas (tote bag). Hingga pada akhirnya Maria mulai bersemangat lagi dan berhasil menaklukkan penyakit yang dideritanya. Dari kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa aktivitas seni bukanlah hanya dapat dijadikan sekedar hobi, namun juga dapat dikembangkan menjadi aktivitas unik yang menyenangkan untuk membantu mengatasi stres dalam kehidupan sehari-hari.

Dari penjelasan di atas, perancangan media komunikasi visual yang dapat memberikan informasi pengenalan/pengantar mengenai *Art Therapy* secara informatif dan menarik sangat diperlukan. Mengingat *Art Therapy* dapat menjadi salah satu jenis terapi alternatif dalam kesehatan mental, di balik masih minimnya edukasi masyarakat mengenai kesehatan mental terutama

dampak dari stres itu sendiri. Selain itu di Indonesia juga masih minim literasi buku/dokumen serta media visual yang memuat penjelasan mengenai *Art Therapy* seni rupa secara rinci sehingga membuat perancangan ini semakin diperlukan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah pada perancangan ini adalah “Bagaimana merancang buku ilustrasi yang informatif dan menarik mengenai *Art Therapy* seni rupa yang dapat dijadikan sebagai edukasi untuk mereduksi stres pada masyarakat produktif?”

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dibuatlah batasan masalah agar ruang lingkup penelitian ini jelas dan tidak keluar dari pembatasan masalah, adapun batasan masalah yang dibuat adalah,

1. Perancangan ini akan berfokus pada subjek macam/jenis kegiatan *Art Therapy* seni rupa yang dapat dilakukan sendiri/individual dengan bendabenda di sekitar yang mudah ditemui.
2. Target *audience* pada perancangan ini adalah masyarakat produktif yakni laki-laki dan perempuan berusia 20-29 tahun. Sementara untuk sasaran geografisnya adalah masyarakat dewasa muda yang berdomisili khususnya di Yogyakarta dan Pulau Jawa.
3. Teknik perancangan menggunakan metode kualitatif yakni dengan mengumpulkan dan memahami data-data kasus/fenomena sosial (stres) yang terjadi di masyarakat produktif.

D. Tujuan Perancangan

Tujuan perancangan yang akan dicapai adalah merancang buku ilustrasi *Art Therapy* Seni Rupa yang menarik dan informatif bagi generasi muda saat ini khususnya masyarakat produktif sebagai media pengenalan metode reduksi stres melalui *Art Therapy* Seni Rupa.

E. Manfaat Perancangan

1. Bagi Masyarakat

Perancangan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengetahuan yang menarik dan solutif untuk membantu masyarakat dalam menghadapi permasalahannya (kesehatan mental).

2. Bagi Mahasiswa Desain Komunikasi Visual

Perancangan ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa dalam merancang sebuah media komunikasi visual yang informatif dan menarik.

3. Manfaat bagi Institusi

Perancangan ini dapat digunakan sebagai literasi dan referensi visual dalam merancang sebuah buku ilustrasi yang berbasis pengetahuan mengenai terapi kesehatan mental, terutama mengenai terapi seni (*Art Therapy*).

F. Definisi Operasional

1. Perancangan

Perancangan adalah penggambaran, perencanaan dan pembuatan sketsa atau pengaturan dari beberapa elemen yang terpisah ke dalam satu kesatuan yang utuh dan berfungsi. Perancangan sistem dapat dirancang dalam bentuk bagan alir sistem (system flowchart), yang merupakan alat bentuk grafik yang dapat digunakan untuk menunjukkan urutan-urutan proses dari sistem (Syifaun Nafisah, 2003 : 2)

2. Buku

Buku menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Balai Pustaka adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong. Sedangkan menurut Oxford Dictionary, buku adalah hasil karya yang ditulis atau dicetak dengan halaman-halaman yang dijilid pada satu sisi atau hasil karya yang ditujukan untuk penerbitan. Buku yang dianggap berhasil jika dapat menggugah minat dari khalayak sasaran dalam memahami isi dari buku tersebut. Untuk mendukung keberhasilan sebuah buku diperlukan sebuah desain yang dapat mencerminkan maksud dan tujuan tersebut. Menurut H.G. Andriese

menyebutkan bahwa buku merupakan informasi tercetak di atas kertas yang dijilid menjadi satu kesatuan.

Dikutip dari wikipedia. Buku adalah kumpulan kertas atau bahan lainnya yang dijilid menjadi satu pada salah satu ujungnya dan berisi tulisan atau gambar. Setiap sisi dari sebuah lembaran kertas pada buku disebut sebuah halaman. Seiring dengan perkembangan dalam bidang dunia informatika, kini dikenal pula istilah e-book atau buku-e (buku elektronik), yang mengandalkan perangkat seperti komputer meja, komputer jinjing, komputer tablet, telepon seluler dan lainnya, serta menggunakan perangkat lunak tertentu untuk membacanya.

3. Ilustrasi

Secara umum, pengertian ilustrasi adalah hasil visualisasi dari suatu tulisan dengan teknik menggambar, fotografi, lukisan, atau teknik seni rupa lainnya yang fokus pada hubungan subjek dengan tulisan ketimbang pada bentuknya.

Pendapat lain mengatakan arti ilustrasi adalah suatu karya seni berbentuk gambar yang digunakan untuk menjelaskan suatu informasi atau cerita sehingga informasi tersebut dapat lebih mudah dipahami oleh pembaca.

Ilustrasi juga dapat didefinisikan sebagai bentuk visual dari teks sehingga orang yang melihatnya dapat mengerti isi pesan atau informasi di dalamnya meskipun orang tersebut tidak bisa membaca teks. Dengan adanya ilustrasi, pembaca juga menjadi lebih tertarik untuk membaca keseluruhan isi informasi atau cerita yang disampaikan.

Agar lebih memahami apa itu ilustrasi, maka kita dapat merujuk pada pendapat beberapa ahli berikut ini:

1. Martha Thoma

Menurut Martha Thoma (dalam Sofyan, 1994: 171), pengertian ilustrasi adalah suatu karya seni yang mengambil inspirasi dari karya kesustraan untuk menghiasi naskah dan membantu menjelaskan cerita atau mencatat peristiwa.

2. Soedarso

Menurut Soedarso (1990:1), pengertian ilustrasi adalah seni gambar atau seni lukis yang diabdikan untuk kepentingan lain yang memberikan penjelasan atau mengiringi suatu pengertian, misalnya cerpen di majalan.

3. Rohidi

Menurut Rohidi (1984:87), arti ilustrasi adalah penggambaran suatu hal melalui elemen rupa untuk lebih menerangkan, menjelaskan, atau memperindah suatu teks sehingga pembaca dapat seolah-olah merasakan langsung sifat-sifat gerak, dan kesan cerita yang disajikan.

4. Fariz

Menurut Fariz (2009:14), pengertian ilustrasi adalah suatu ekspektasi dari ketidakmungkinan atau angan-angan yang sifatnya maya atau virtual.

4. Art Therapy

Menurut *The American Art Therapy Association*, *Art Therapy* merupakan metode untuk menjaga kesehatan mental yang dapat meningkatkan kualitas hidup individu, keluarga, dan masyarakat melalui proses kreatif yaitu pembuatan karya seni.

5. Seni

Menurut Ki Hajar Dewantara, seni merupakan segala perilaku manusia yang muncul dari perasaan yang indah, yang dapat menenangkan jiwa.

6. Terapi

Menurut Mosby (2001), terapi merupakan tindakan pemulihan untuk mengembalikan fungsi tubuh yang kurang normal agar kembali sehat.

7. Stres

Menurut Robbins (2001), stres merupakan suatu keadaan untuk mencapai tujuan/keinginan tertentu namun terhambat dengan tekanan yang menghalangi psikisnya.

G. Metode Perancangan

1. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan pada perancangan ini adalah metode kualitatif dengan mengkaji perspektif partisipan dengan strategi-strategi yang bersifat interaktif dan fleksibel. Penelitian kualitatif ditujukan untuk memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut pandang partisipan. Dengan demikian arti atau pengertian penelitian kualitatif tersebut merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek. Alamiah dimana peneliti merupakan instrumen kunci. (Sugiyono, 2005)

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. (Sugiyono, 2009). Populasi dalam perancangan ini adalah masyarakat produktif/dewasa muda di wilayah Sewon, Bantul, DIY.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2009). Sampel dalam perancangan ini adalah 10 responden dari masyarakat produktif/dewasa yang terdiri laki-laki dan perempuan dengan usia 20-29 tahun yang berada di wilayah Sewon, Bantul. Teknik pengambilan sampel pada perancangan ini menggunakan purposive random sampling. Purposive sampling adalah suatu teknik pengambilan sumber data dengan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2010).

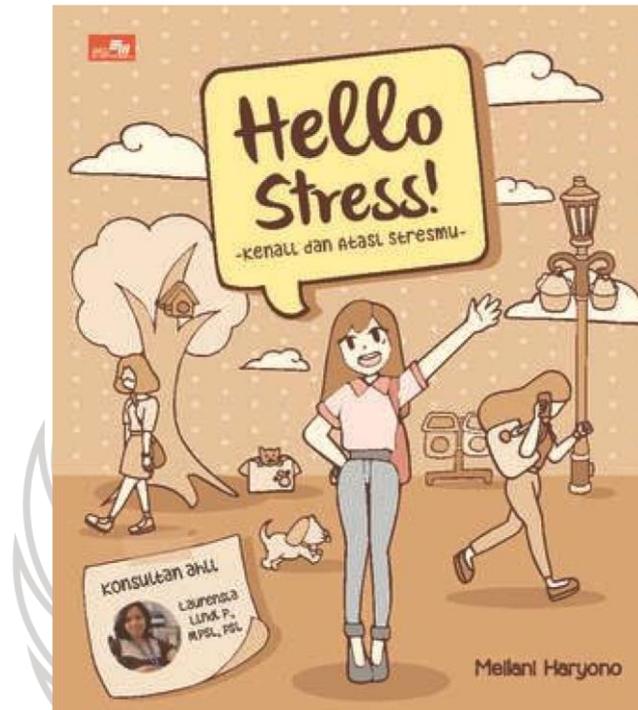
a. Data yang dibutuhkan dalam perancangan ini adalah data primer yang diperoleh dengan mencari referensi dari studi kepustakaan, melalui berbagai macam buku, majalah, artikel serta angket (kuesioner).

b. Survey kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan yang ditujukan pada masyarakat produktif di Sewon, Yogyakarta guna menggali informasi mengenai kondisi kesehatan mental pada masyarakat tersebut.

- c. Wawancara dengan salah satu orang yang ahli dalam psikologi yakni Untung Subroto Dharmawan M.Psi dengan pembahasan singkat mengenai *Art Therapy*.

3. Kajian Pustaka

Untuk mendukung perancangan tugas akhir ini penulis mengambil contoh perancangan yang telah dilakukan sebelumnya, yakni sebagai berikut:



Gambar 1.1 Buku Hello Stress

(Sumber: www.goodreads.com)

Haryono, Meilani (2012) dalam perancangannya yang berjudul *Perancangan Buku Ilustrasi "Hello Stress" Tentang Cara Mengatasi Stres Dengan Metode SelfHealing* yang telah dipublikasikan pada tanggal 27 Juli 2017 oleh Elex Media Komputindo. Buku ini berisi mengenai tindakan *self healing* yang dapat digunakan sebagai terapi alternative untuk mengatasi kecemasan/stres terhadap masyarakat perkotaan yang ditujukan untuk wanita yang berusia 25-35 tahun. Penulis fokus pada pemilihan target audience tersebut dikarenakan adanya tekanan serta peran ganda yang dimiliki wanita, sehingga wanita cenderung lebih mudah terkena stres. Kemudian pada perancangan tersebut, penulis membuat buku dengan gaya ilustrasi *hand-drawn* yang menggunakan teknik pewarnaan yang warnanya sudah disesuaikan dengan efek serta psikologi bagi para pembaca. Persamaan perancangan sebelumnya dengan perancangan ini

adalah sama-sama berfokus pada pemaparan informasi mengenai tindakan untuk mengatasi kecemasan/gangguan mental melalui media komunikasi visual yakni dalam bentuk buku ilustrasi.

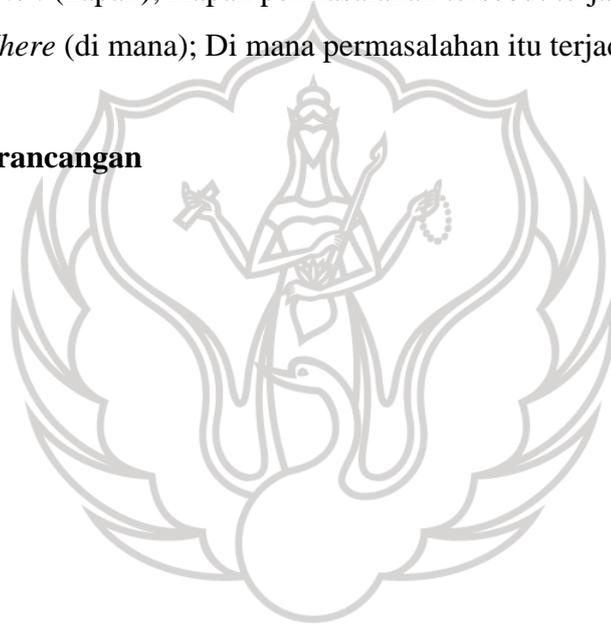
H. Metode Analisis Data

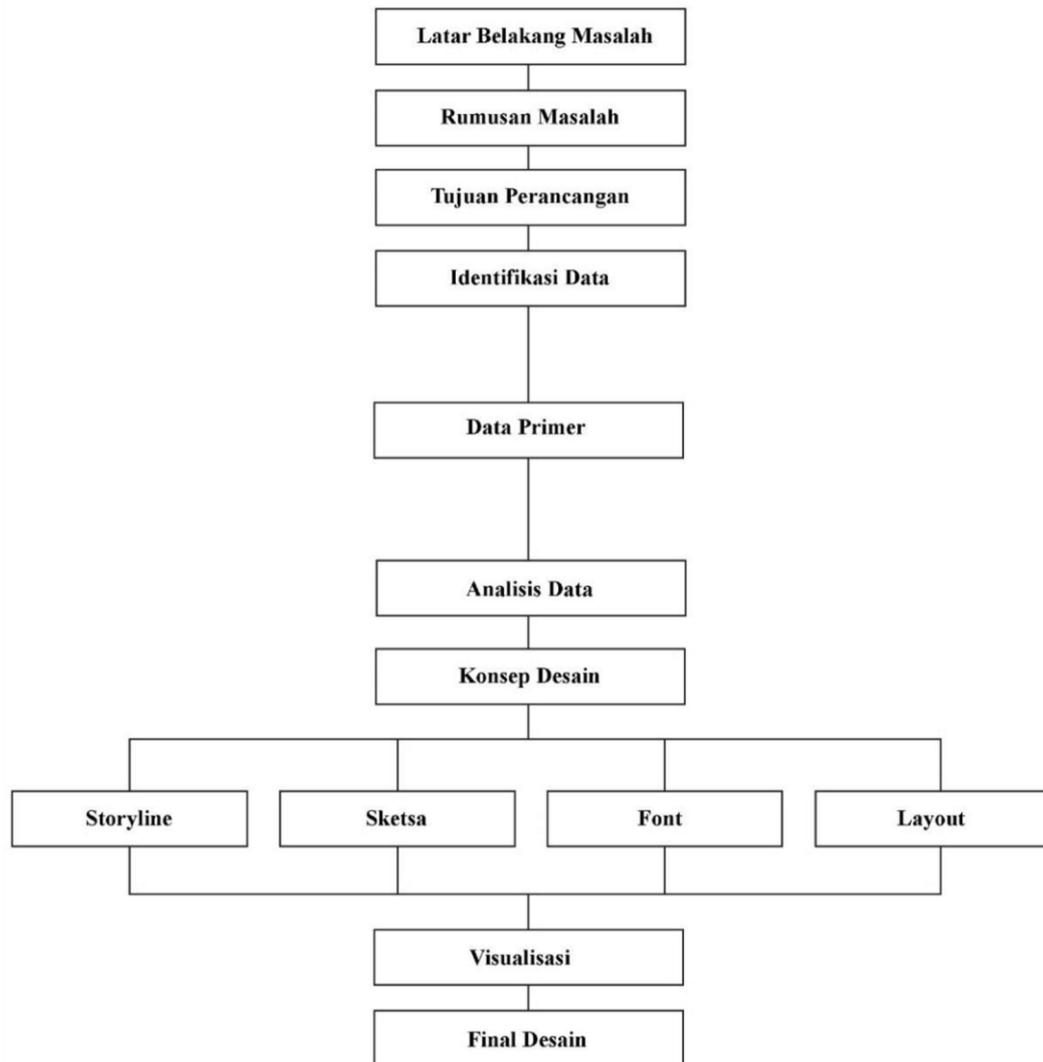
Metode analisis data yang digunakan dalam perancangan ini adalah 5W+1H.

Berikut penjabaran dari metode tersebut:

- a. *What* (apa); Apa yang menjadi masalah dalam perancangan ini?
- b. *Who* (siapa); Siapa target sasaran dalam perancangan ini?
- c. *Why* (mengapa); Mengapa permasalahan tersebut terjadi?
- d. *When* (kapan); Kapan permasalahan tersebut terjadi?
- e. *Where* (di mana); Di mana permasalahan itu terjadi?

I. Skematika Perancangan





Gambar 1.2 Skematika Perancangan
(Sumber: Yunifa Tri Safariyani)