

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

JURNAL TUGAS AKHIR



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:

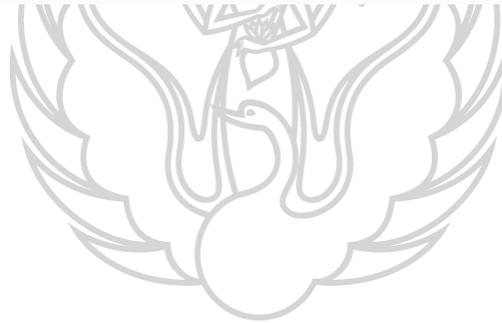
**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI *ART THERAPY* SENI RUPA SEBAGAI METODE REDUKSI STRES** diajukan oleh Yunifa Tri Safariyani, 1712478024, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir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

Ketua Program Studi  
Desain Komunikasi Visual



Daru Tunggul Aji, S.S., M.A.

NIP 19870103 201504 1 002/NIDN 0003018706



## 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 perekonomian 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 dan 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

## **ABSTRACT**

*Along with the rapid development of modern times today, resulting in more and more changes encountered. Although there are many positive impacts, it is undeniable that these changes also bring losses to some people, especially to mental disorders, namely stress. This has an impact on one of the cities/regions in Indonesia, namely Yogyakarta, the high number of stress cases in that city makes the government have to intervene to urge people to be smarter in managing their own stress. However, Yogyakarta as a city that has the status of the majority of the population of the middle to lower economy refuses to be handled professionally accompanied by psychologists who need to spend a lot of money. In addition, the lack of literacy about the importance of mental health, has resulted in many people there who ignore stress and some even allow mental disorders to spread in their minds for a long time, leading to suicide.*

*Most of the literature still doesn't exist that discusses stress reduction methods that can be done yourself without a license, cheap/free, unique and of course fun, one of which is using the Fine Art Therapy method. Art Therapy Fine art is a type of psychological therapy that involves art activities such as painting, coloring, embroidery, and photography. The implementation is also very easy and can even be done alone without the need to be accompanied by a psychiatrist / art therapist who requires a fee, this method simply uses the tools that are around us such as pencils, pens, paints, threads, needles, etc.*

*Based on these problems, this research was conducted to design and compile an illustrated book on Art Therapy as a stress reduction method. The method used in this design is a qualitative research method with the stages of primary and secondary data collection, data identification and analysis, book design concepts, book design process, then the final result of the book. This research produces a prototype in the form of a book with an illustrative approach as a medium as well as literature to introduce a stress reduction method, namely Art Therapy of art and is presented creatively and attractively so that it can provide learning motivation and understanding for High/Vocational High School students and early semester students who want to know wider field of design.*

*Keywords: stress, art therapy, fine arts, psychiatrist, art therapist, literature*

## A. Pendahuluan

### 1. Latar Belakang Masalah

Sebagai kota yang dikenal penduduknya produktif dengan banyaknya populasi pelajar dan pekerja, membuat kota Yogyakarta dihadapkan dengan problematika yang cukup serius. Banyaknya tekanan dalam pekerjaan dan pendidikan yang dialami masyarakat serta kurangnya kesadaran masyarakat mengenai kesehatan mental sejak dini membuat kasus stres melonjak tinggi di Yogyakarta. Stres merupakan reaksi individu baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis) apabila ada perubahan diri dari lingkungan yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri. Perubahan pola hidup, tidak seimbang antara tekanan dengan kekuatan yang dimiliki, serta kurangnya literasi mengenai solusi alternatif apa yang bisa dilakukan agar mencegah stres berkepanjangan.

Adapun solusi alternatif yang dapat dilakukan ialah salah satunya melakukan terapi seni (Art Therapy). Art Therapy merupakan sebuah proses pengobatan/pemulihan yang dilakukan melalui karya seni (Malchiodi, 2003). Di Yogyakarta 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. Tentunya dengan melakukan aktivitas seni tidak hanya dapat dijadikan hanya sebagai hobi, namun juga berpengaruh cukup besar bagi kesehatan mental.

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 Yogyakarta 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.

## 2. 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?”

## 3. 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.

## 4. Teori dan Metode

### 1. Ilustrasi

#### a. Definisi ilustrasi

Ilustrasi adalah kata yang berasal dari bahasa Belanda *Ilustratie*, yang berarti ornamen dengan gambar. Secara terminologi, ilustrasi adalah gambar yang memiliki fungsi menjelaskan suatu peristiwa. Menurut para ahli (Soedarso, 1990), ilustrasi adalah gambar yang mewakili tujuan tertentu, seperti contoh dalam sebuah cerita. Ahli lain juga berpendapat bahwa ilustrasi adalah gambar yang berhubungan dengan seni rupa. Ilustrasi ini dapat menjelaskan makna sebuah artikel untuk membantu pembaca memahami makna teks (Rohidi, 1984).

#### b. Peran Ilustrasi

Ilustrasi sebagai seni yang memiliki peran atau tujuan dalam menyampaikan maksud tertentu untuk menjelaskan suatu peristiwa. Peran ilustrasi adalah sebagai berikut:

1. Menarik perhatian pembaca. Ilustrasi dapat digunakan untuk memberikan gambaran yang utuh tentang isi suatu karya. Contohnya adalah di majalah atau buku. Sebuah ilustrasi sangat bagus untuk membangkitkan rasa ingin tahu pembaca dan membuat mereka membaca lebih banyak.

2. Membuat artikel lebih mudah dipahami. Kehadiran ilustrasi membantu kita untuk menemukan makna dari sebuah artikel yang kita baca dengan seksama.
3. Sebagai sarana mengungkapkan ide atau pikiran melalui sebuah gambar. Banyak yang suka menggambar untuk mengungkapkan apa yang mereka rasakan, menyalurkan hobi, mengungkapkan perasaan, dll.
4. Memaparkan secara singkat sebuah artikel atau cerita.
5. Meningkatkan nilai artistik sebuah gambar atau teks. Kehadiran ilustrasi memudahkan penafsiran suatu pesan yang akan disampaikan.
6. Sebagai alat komunikasi. Secara umum, sebuah gambar dapat menggambarkan sebuah teks.
7. Memberikan hiburan agar pembaca tidak bosan membaca sebuah artikel.
8. Memaparkan suatu konsep melalui gambar.

c. Bentuk dan Jenis Ilustrasi

Menurut penampilannya, gambar ilustrasi datang dalam berbagai bentuk. Yang termasuk naturalisme, bentuk dekoratif, kartun, komik, komik, dan ilustrasi fiksi, yaitu:

- (a) Gambar Bergambar Naturalis, yaitu gambar bergambar naturalis adalah gambar dengan bentuk dan warna yang sama dengan kenyataan (realisme), dan ada dalam alam Tidak ada penurunan atau peningkatan.
- (b) Gambar ilustrasi dekoratif adalah gambar yang digunakan untuk menghias sesuatu dalam bentuk yang disederhanakan atau dilebihlebihkan (dibuat dengan gaya tertentu sebagai gaya).
- (c) Gambar kartun adalah gambar dengan bentuk yang menarik atau ciri-ciri tertentu. Biasanya kartun banyak menghiasi majalah anak, komik dan cerita bergambar.

- (d) Gambar komik adalah gambar kritis atau satir yang pernah mengalami penyimpangan proporsi tubuh dalam penggambarannya. Gambar seperti itu sering muncul di majalah atau surat kabar.
- (e) Cerita bergambar (Cergam) adalah kartun atau gambar dengan teks. Teknik menggambar buku komik didasarkan pada cerita dengan berbagai penggambaran yang menarik. (f) Ilustrasi buku teks berfungsi menjelaskan teks atau deskripsi peristiwa, termasuk ilmu pengetahuan dan beberapa gambar. Formatnya bisa berupa foto, gambar alam, atau dalam bentuk grafik.

(g) Ilustrasi ilusi adalah gambar yang dihasilkan oleh pemrosesan imajiner yang kreatif (imajinatif). Cara penggambaran ini sering muncul dalam ilustrasi cerita, novel, novel roman dan komik.

d. Elemen Ilustrasi

Menurut Mukmin (2014: 7) menjelaskan elemen-elemen penting yang harus diikuti saat menggambar ilustrasi, yaitu:

1. Komposisi adalah bagaimana kita menyusun objek gambar. Membuat gambar terlihat menarik dan indah. Komposisi bisa melalui bentuk objek gambar, warna objek gambar, jenis objek gambar dan latar belakang gambar.
2. Proporsi adalah perbandingan yang ideal dan serasi antara bagian-bagian objek sebagai objek gambar.
3. Keseimbangan adalah keselarasan antara bidang gambar dan objek gambar. Dan gambar yang dihasilkan.
4. Kesatuan adalah keserasian susunan benda gambar, sehingga benda-benda yang disusun satu sama lain memiliki kesan ruang, kedalaman, dan saling mendukung antar objek gambar, membuat menghasilkan gambar yang bagus.

## 2. Perancangan Buku

Dalam perancangan, ada baiknya memperhatikan elemen grafis yang ditampilkan dalam buku. Hal ini dapat dibangun oleh, garis, pengaturan, dan penempatan yang ditujukan untuk menarik perhatian pembaca (Baer, 2009, hlm.110).

### a. *Layout*

Menurut Rustan (2009), *layout* adalah penempatan tata letak elemen desain yang ditujukan untuk membantu penyampaian pesan dalam suatu media (hlm.0). *Layout* sendiri terbagi menjadi tiga elemen yaitu (hlm. 2786),

## 1. Elemen Teks

### a. Judul

Ditujukan untuk menarik perhatian pembaca, estetika lebih diprioritaskan, sehingga dapat menggunakan huruf yang bersifat dekoratif yang tidak formal atau di-*edit* lebih lanjut. Namun, pemilihan jenis huruf harus disesuaikan dengan isi pesan yang ingin disampaikan.

### b. *Deck*

Ditujukan untuk menyampaikan gambaran singkat mengenai topic yang disampaikan dengan lebih mudah untuk pembaca dan biasanya diletakkan diantara judul dan *bodytext*. Memiliki karakteristik lebih kecil dari judul dan tidak lebih kecil dari *bodytext*. Bukan merupakan elemen yang selalu ada.

### c. *Bodytext*

Ditujukan untuk menyampaikan isi konten atau informasi yang ingin disampaikan.

### d. Sub Judul

Ditujukan untuk menyampaikan pembagian segmen sesuai dengan pembagian topik yang dibahas.

### e. *Pull Quotes*

Ditujukan untuk menyampaikan kalimat yang dianggap penting dan ingin ditekankan.

f. *Callouts*

Ditujukan untuk menyampaikan keterangan dari suatu elemen visual yang ditampilkan dengan bantuan elemen garis ataupun balon dialog.

g. Nomor Halaman

Ditujukan untuk menyampaikan lokasi dari konten yang disampaikan dalam buku dan biasanya disertakan dalam daftar isi untuk mempermudah pembaca dalam proses pencariannya.

h. *Jumps*

Ditujukan untuk menyampaikan sambungan dari suatu konten atau informasi yang disampaikan ke halaman lainnya.

2. Elemen Visual

a. Foto

Ditujukan untuk menyampaikan kesan terpercaya atau kredibel.

b. *Artwork*

Ditujukan untuk menyampaikan informasi dengan akurat dibandingkan dengan fotografi. Dapat berupa ilustrasi, kartun, dan sketsa.

3. Elemen Tak-Terlihat

a. *Margin*

Ditujukan untuk menjaga konten yang dimuat agar tidak terlalu berada di pinggir dan tidak terpotong saat dicetak dan dijilid. Menurut Graver dan Jura (2012), *margin* adalah jarak kosong antara konten dengan tepi halaman atau jarak kosong antar konten. Ditujukan untuk mengarahkan perhatian pembaca, membuat ruang untuk mengistirahatkan mata, dan memisahkan informasi. *Margin* antara jarak konten dengan keempat tepi halaman yang berbeda dapat menimbulkan kesan yang dinamis. *Margin* yang digunakan dalam buku memiliki standar jarak konten kepada tepi dimulai dari yang paling besar adalah: konten ke tepi bawah halaman; konten ke tepi luar halaman; konten ke tepi atas halaman; dan konten ke tepi dalam halaman.

Jarak antara konten dengan tepi luar dan tepi dalam halaman dengan skala dua dibanding satu, sangat baik untuk membangun kesan stabil dan teratur. Untuk buku yang lebih tebal ataupun memiliki binding yang kaku, besarkan jarak dalam halaman untuk lebih menambahkan keterbacaan (hlm. 20-21).

b. *Grid*

Ditujukan untuk menjaga konsistensi dari peletakan elemen yang akan dimuat. Dapat dibagi menjadi kolom vertikal maupun horizontal. Di dalam sebuah buku memungkinkan adanya lebih dari satu macam *grid*.

Graver dan Jura (2012), menyatakan bahwa proporsi yang dibentuk dengan perhitungan matematis dalam rasio atau harmonisasi musik, memiliki efek yang nyaman dan menyenangkan bagi mata pembaca. Pembagian lainnya seperti panjang teks juga dapat membantu hal ini. Dalam pembagian yang sempit dan memanjang, akan membuat konten tersebut agar dapat dikonsumsi secara cepat. Apabila pembagian dan kalimat pendek digunakan, akan membantu pembaca agar dapat membacanya lebih mudah. Sedangkan pembagian dan kalimat yang panjang, akan membuat konten tersebut agar dikonsumsi secara perlahan (hlm.94).

3. Tipografi

Menurut Altstiel dan Grow (2010), tipografi merupakan salah satu elemen yang dapat digunakan untuk menambahkan daya tarik dari suatu desain, dengan pemilihan tipe dan warna yang tepat.

Tipografi dibagi menjadi serif yang merupakan jenis *typefaces* dengan ekor pada akhir garisnya, yang dapat menimbulkan kesan mengalir. Sedangkan San-serif yang merupakan jenis *typefaces* tanpa ekor pada akhir garisnya, yang dapat menimbulkan kesan dramatis (hlm. 118).

4. Warna

Warna merupakan sebuah elemen, dibandingkan elemen lain, yang memiliki kesan terbesar kepada pembaca dan dapat menimbulkan sebuah emosi tertentu (Graver & Jura, 2012, hlm.168). Baer (2009), menjelaskan

bahwa warna dapat membantu pembaca dalam memetakan dan mencari letak dari kalimat juga elemen secara efektif (hlm.90). Sherin (2012), juga menjelaskan bahwa warna dapat membantu dalam proses menyampaikan informasi, hal ini dikarenakan warna dapat menimbulkan emosi tertentu, sesuai dengan persepsi dan arti warna tersebut (hlm. 78).

#### 5. Stres

Wheeler (2007), menyatakan bahwa stres berasal dari bagaimana kita mempersepsikan *stressor* tersebut. Pada saat stres, hormon adrenalin dan kortisol akan diproduksi dan saraf simpatik akan aktif. Hal ini ditujukan agar seseorang menjadi lebih waspada atas kejadian yang menyimpannya dan mampu mengatasinya. Hal ini menyebabkan naiknya detak jantung dan naiknya tekanan darah. Asupan darah pada kulit dan organ pencernaan digunakan untuk otak dan otot. Karena hal ini, seseorang yang mengalami stres biasanya detak jantungnya meningkat, berkeringat, dan otot menjadi tegang. Jika stres terjadi terus menerus, level hormone adrenal dan kortisol yang tinggi dalam darah dan saraf simpatik yang terus-terusan aktif dapat membahayakan kesehatan (hlm. 3-7).

#### 6. Gejala yang Timbul Akibat Stres

Watts (2014) menjelaskan gejala yang muncul ketika orang menderita stres akut atau kronis dalam bukunya. Perubahan nafsu makan, merasa khawatir dan lelah, pegal atau nyeri otot atau sakit kepala, merasa kesepian, sulit berkonsentrasi atau fokus, dan mengonsumsi alkohol atau obat-obatan adalah beberapa gejalanya (paragraf 1-5).

#### 5. Analisis Media (5W+1H)

Metode analisis yang digunakan dalam perancangan ini adalah 5W+1H (*What, Where, When, Who, Why+How*) untuk mengkaji, membahas, dan menelaah data-data yang telah diperoleh sebelumnya.

- a. What: Apa yang menjadi masalah yang menjadi dasar perancangan ini?

Tingginya kasus stress yang berujung bunuh diri di Indonesia, membuat kasus ini semakin mengkhawatirkan. Kasus seperti ini sulit dicegah dikarenakan hanya bisa diatasi oleh individu itu sendiri. Permasalahan yang dihadapi individu seringkali hanya dibiarkan saja tanpa adanya tindakan untuk mengatasinya, sehingga berujung stres. Tindakan yang dapat mengatasi stress pada masyarakat dapat berupa Art Therapy, dengan mengenalkannya diharapkan bisa mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi masyarakat, namun sayangnya di Indonesia masih belum begitu paham akan pentingnya Art Therapy untuk kesehatan mental, selain itu masih kurangnya literasi yang membahas mengenai hal tersebut.

b. Where: Dimana permasalahan ini terjadi?

Kasus stress banyak ditemui di perkotaan, dikarenakan faktor permasalahan sosial seperti kesepian dan tekanan hidup yang tinggi di tengah kepadatan penduduk.

c. When: Kapan permasalahan ini terjadi?

Permasalahan ini terjadi disaat individu mengalami tekanan berlebih seperti adanya tugas maupun pekerjaan yang menumpuk, sehingga kondisi fisik dengan tekanan tidak seimbang sehingga berakibat stress.

d. Who: Siapa target sasaran dalam perancangan untuk menginformasikan *Art Therapy*?

Target sasaran dari perancangan ini adalah usia produktif laki-laki dan perempuan yang berusia 20-29 tahun, rentang usia ini dipilih untuk menyasar pelajar, mahasiswa dan juga pekerja, juga agar generasi muda lebih mudah dalam mendapatkan dan mengenal mengenai Art Therapy.

e. Why: Mengapa masih banyak masyarakat yang belum mengenal Art Therapy dan mengapa masyarakat perlu mengenal Art Therapy?

Art Therapy masih belum begitu dikenal masyarakat Indonesia, karena literasi/informasi yang membahas mengenai manfaat Art Therapy bagi kesehatan mental masih sangat kurang, sehingga banyak masyarakat yang mengenal aktivitas seni hanyalah sebagai sekedar hobi dan bukanlah aktivitas

yang bisa bermanfaat bagi kesehatan mental. Masyarakat perlu mengenal Art Therapy agar setiap permasalahan yang sedang dihadapi tidak melulu berkunjung ke psikolog atau melakukan terapi yang mengeluarkan banyak biaya, karena pada dasarnya Art Therapy merupakan kegiatan yang dapat dilakukan sendiri menggunakan benda-benda di sekitar.

- f. How: Bagaimana cara menjawab permasalahan tersebut melalui Desain Komunikasi Visual?

Diperlukannya perancangan media komunikasi visual tentang Art Therapy secara informatif, lengkap, dan menarik agar target audiens bisa mendapatkan pemahaman tentang apa itu Art Therapy, seperti apa aktivitasnya, serta bagaimana manfaatnya bagi kesehatan mental. Media komunikasi visual buku ilustrasi diharapkan bisa mengkomunikasikan informasi tersebut dengan efektif, karena ilustrasi mampu menarik perhatian pembaca serta meningkatkan minat membaca audience.

## **B. Hasil dan Pembahasan**

### Konsep Media

- a. Tujuan Media

Perancangan buku ilustrasi bertujuan untuk membuat para pembaca mendapatkan wawasan/informasi yang luas yang dapat membantu pembaca mengeksplorasi diri dengan proses kreatif dalam menghadapi permasalahannya terutama pada gangguan mental serta meningkatkan wawasan seseorang mengenai aktivitas/keterampilan yang berkaitan dengan seni.

- b. Strategi Media

- a. *Target Audience*

*Target audience* pada perancangan ini adalah masyarakat produktif yakni laki-laki dan perempuan berusia 20-29 tahun yang sedang mengalami stress dan tertarik dengan buku edukatif yang dilengkapi ilustrasi

sehingga perlu informasi dan visualisasi yang persuasif agar mampu menarik para target audience.

#### b. Format dan Ukuran Buku Ilustrasi

Format yang digunakan untuk perancangan ini adalah format buku (*square*) dengan ukuran 20cm x 20cm. Terdiri dari 11 chapter, setiap chapter berisi 2-3 halaman, setiap chapter memuat ilustrasi.

#### c. Isi dan Tema Cerita Buku Ilustrasi

Buku Ilustrasi ini memaparkan penjelasan yang berfokus pada *Art Therapy* yakni definisi *Art Therapy*, jenis/macam *Art Therapy*, definisi seni rupa, jenis/macam aktivitas seni rupa, manfaat *Art Therapy* seni rupa.

#### d. Gaya Visual

Gaya gambar yang digunakan adalah *flat illustration/vector*. Menyesuaikan dengan target audience dan pesan yang akan disampaikan kepada para pembacanya, maka digunakan warna *vintage retro* yang memiliki karakteristik warna yang lembut dan bervariasi agar audiens merasa nyaman saat membacanya. Buku ilustrasi ini penulisan teksnya dibuat menggunakan bahasa formal akan tetapi tetap santai dan tidak terlalu baku, karena buku ini didesain untuk dinikmati dan dipahami tanpa adanya unsur/elemen yang akan membuat pembaca menjadi tambah stres dan kurang memahami isinya.

#### e. Teknik Visualisasi

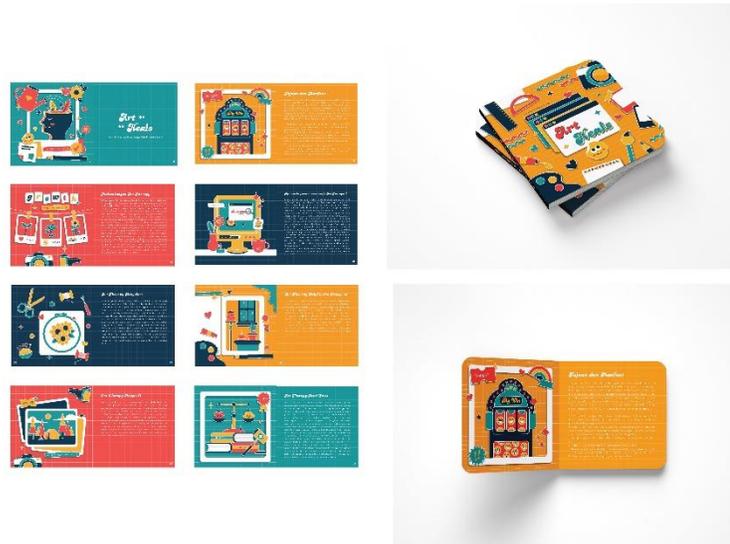
Untuk visualisasi dalam perancangan ini dilakukan secara full digital, menggunakan media elektronik pendukung seperti komputer pribadi, pen tablet mulai dari proses layouting, sketsa hingga finishing.

#### f. Storyline

Berikut pembagian babak/chapter dalam buku ilustrasi “Art Heals”.

<b>No.</b>	<b>Babak/Chapter</b>	<b>Keterangan</b>
1.	<i>Chapter 1</i>	Apa dan Bagaimana Cara Kerja <i>Art Therapy</i> ?
2.	<i>Chapter 2</i>	Tujuan dan Manfaat <i>Art Therapy</i>
3.	<i>Chapter 3</i>	Perkembangan <i>Art Therapy</i>
4.	<i>Chapter 4</i>	<i>Art Therapy</i> Untuk Atasi Stres
5.	<i>Chapter 5</i>	<i>Art Therapy</i> Seni Rupa
6.	<i>Chapter 6</i>	Terapi Seni Menggambar dan Mewarnai
7.	<i>Chapter 7</i>	Terapi Seni Menyulam
8.	<i>Chapter 8</i>	Terapi Seni Fotografi
9.	<i>Chapter 9</i>	Terapi Seni Gerabah

## Hasil Karya



Gambar 1. Media Utama Buku Ilustrasi  
(Sumber: Yunifa Tri Safariyani)



Gambar 1. Media Pendukung  
(Sumber: Yunifa Tri Safariyani)

## **Kesimpulan**

Perancangan Buku Ilustrasi ini merupakan salah satu upaya sebagai sumber informasi untuk masyarakat produktif di daerah Bantul DIY agar membantu mereka mengeksplorasi diri dengan proses kreatif seni rupa dalam menghadapi permasalahannya terutama pada gangguan mental.

Proses pengambilan data perancangan karya ini diawali dengan riset serta mengumpulkan data dari berbagai sumber meliputi literature, artikel, dan sumber-sumber lain dari internet. Kemudian setelah data-data terkumpul dilanjutkan dengan proses penulisan storyline. Lalu dilanjutkan dengan pengembangan narasi dari storyline yang sudah dibuat. Kemudian dilanjut dengan proses layout tulisan dan tata letak ilustrasinya. Tahap terakhir dilanjutkan dengan pembuatan sketsa storyboard dan pembuatan karya. Diakhiri dengan tahap pencetakan buku ilustrasi.

Dalam proses pasca produksi, proses untuk merancang narasi dan ilustrasi yang menjadi inti utama dalam perancangan ini juga penulis rasa masih bisa dieksplorasi lebih dalam lagi dengan turun langsung ke dalam komunitas Art Therapy sehingga cerita yang ditulis menjadi lebih menarik dan tentunya faktual.

### **Buku**

Lazarus, R.S & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York : McGraw-Hill, Inc.

Gunarsa, S. D. dkk. 2011. Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia

A.S, Munandar, 2001. Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.

Rustan, Surianto. (2010). *Layout Dasar dan Penerapannya*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Mukmin, dkk. 2014. *Seni Budaya VII*. Jakarta: Pusat Kurikulum, Balitbang, Kemdikbud.

*Art Therapy with Children Who Have Autism and Their Families*. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of Art Therapy* (pp. 193–206).

*Art Therapy with Couples*. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of Art Therapy* (pp. 387–398). New York London: The Guilford Press A Division of Guilford Publications, Inc. Safran, D. S. (2003).

*The Use of Art in Therapy : An Exploratory Study The Use of Art in Therapy :* Schweizer, C., Knorth, E. J., & Spreen, M. (2014).

Malchiodi, C. A. (2003). *Expressive Arts Therapy and Multimodal Approaches*. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of Art Therapy* (pp. 106-119). New York and London: The Guilford Press