

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Merasakan emosi merupakan hal manusiawi yang sering kita alami sehari-hari. Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi emosi. Ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi dapat mengakibatkan terganggunya kesehatan, tidak hanya pada fisik namun juga pada psikis. Bahkan ketidakmampuan dalam mengedalikannya bisa berujung pada terganggu hubungan ekonomi dan sosial.

Masa remaja merupakan masa yang penting dalam pertumbuhan seseorang, pada fase ini mempunyai begitu banyak hal baru yang berdampak pada sang remaja, baik itu pertumbuhan secara fisik maupun perkembangan secara emosional. Penting membekali mereka dengan berbagai informasi yang membantu mereka dalam memahami dan menjalani masa remaja. Ketidaktahuan dan kurangnya informasi mengenai seputar masa remaja dan bagaimana cara menjalani dan melewatinya akan mengakibatkan berbagai dampak, tidak hanya bagi remaja, namun juga bagi keluarga dan lingkungan sekitar ia berada.

Sulitnya mendapatkan informasi yang komprehensif dan mudah dipahami mengenai emosi membuat kita harus mencari banyak sumber, yang kadang tidak berdasarkan sumber yang jelas dan terpercaya. Dengan adanya perancangan website pengenalan dan pengendalian emosi pada remaja ini diharapkan mampu memberikan pengantar mengenai emosi bagi remaja dan membantu mereka dalam memahami fungsi dan keberadaannya secara rasional dan sadar akan adanya.

B. Saran

Penulis menyadari banyak sekali kekurangan dalam perancangan ini, dalam prosesnya cukup sulit menemukan beberapa data yang berkaitan dengan dunia psikologi terutama emosi, disarankan mempunyai koneksi dengan psikolog, para ahli atau lembaga sosial masyarakat cukup banyak dan baik. Materi ini bisa jauh dikembangkan dengan bentuk penyampaian yang beragam dan lebih menarik. Desain yang dikembangkan oleh penulis mempunyai banyak sekali kekurangan, terutama dari segi pengolahan konten. Harapan penulis dengan adanya perancangan ini bisa menjadi sebuah bentuk kesadaran bersama akan pentingnya pengendalian emosi terutama bagi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Alan, Male. (2007). *Illustration: A Theoretical & Contextual Perspective*. SA: AVA Publishing.
- A. Sanyoto, Sadjiman Ebdi (2009). *Nirmana Dasar-dasar Seni dan Desain*. Yogyakarta & Bandung: Jalasutra
- B.Elizabeth, Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Beaird, J. (2010). *The Principles of Beautiful Web Design (2nd Edition)*. Canada: SitePoint Pty Ltd.
- Chaplin, J.P. *Kamus Psikologi Lengkap* . Raja Grafindo Persada jakarta, 2006^[1]_{SEP}
- Darwis Hude.(2006). *Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an*. Jakarta: Erlangga
- Jalaluddin Rakhmat. 1994. *Psikologi Komunikasi*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Krug, Steve.2006. *Dont Make Me Think!*. Cetakan ke-2. Diterjemahkan oleh : Rien Chaerani. Jakarta : Serambi Ilmu Semesta.
- Kartini Kartono. 1995. *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*. Bandung : CV Mandar Maju.
- Mangoenprasodjo, S. 2005. *Osteoporosis dan Bahaya Tulang Rapuh*. Jakarta: Thinkfresh.
- Marcotte, E. (2011). *Responsive Web Design*. New York: A Book Apart.
- Prawira, Nikolas Aditya. (2009). *Perbedaan Pengendalian Emosi Antara Mediator Dan Non Mediator*
- Susanto, Mikke. 2011. *Diksi Rupa, Kumpulan Istilah dan Gerakan Seni Rupa*. Yogyakarta: DictiArt Lab.
- Wirya, Iwan 1999. *Kemasan yang Menjual*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Widyastuti, Y., dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitrimaya.

Yusuf Syamsu LN. (2008). *"Mental Hygiene"*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

Webtografi

<https://psikodemia.com/emosi-dalam-psikologi/?pdf=312> diakses pada 6mei 2019 pada pukul 16:31WIB

<https://sumsel.kemenag.go.id/files/sumsel/file/dokumen/emosisidanimplikasinya.pdf> diakses pada 7mei 2019 pada pukul 16:31WIB

<http://dimazzart.blogspot.com/2014/10/jenis-jenis-kartun.html> diakses pada 7mei 2019 pada pukul 16:31WIB

<https://teknojurnal.com/generasi-web-baru-web-3-0/> diakses pada 7mei 2019 pada pukul 16:31WIB

<https://www.verywellmind.com/an-overview-of-the-types-of-emotions-4163976> diakses pada tanggal 16 juni 2019 pukul 15:23 WIB

<https://dosenpsikologi.com/faktor-yang-mempengaruhi-emosi-pada-remaja> diakses pada 21 mei 2019 pukul: 1.10

<https://psychcentral.com/blog/techniques-for-teens-how-to-cope-with-your-emotions/> diakses pada tanggal 28 pukul 19:39 WIB

<https://www.awezet.com/2019/10/6-jenis-emosi-dasar-dan-pengaruhnya.html>