

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Perancangan buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian ini hadir, karena mulai adanya minat masyarakat untuk menjalankan pola makan mau pun gaya hidup sehat vegetarian, namun sedikitnya buku pengenalan dan praktik vegetarian yang menampilkan visual dalam bukunya, dan terlalu berkonsentrasi pada teks dan berbau medis. Banyak diantara mereka yang belajar menjalankan gaya hidup vegetarian yang pada akhirnya gagal, karena belum mengerti informasi akan gaya hidup vegetarian dan tidak pola makan vegetarian yang baik.

Strategi yang digunakan untuk mencapai tujuan komunikasi, yakni menghadirkan gaya komunikasi yang dekat dengan target audiens, yaitu bahasa Indonesia, beberapa istilah bahasa Inggris, dan semi-formal. Gaya bahasa yang digunakan dengan gaya bahasa yang memandu. Konten verbal buku berasal dari perpaduan buku-buku vegetarian dan hasil wawancara tokoh vegetarian maupun pelaku vegetarian, yang kemudian diolah menjadi sebuah konten. Konten dalam buku ini berisikan, definisi vegetarian, sejarah vegetarian, mengapa vegetarian, tipe-tipe vegetarian, manfaat vegetarian, makanan vegetarian, tokoh vegetarian, tabel perencanaan menu makanan sehat, resep menu, dan tokoh vegetarian.

Proses pembuatan ilustrasi berasal dari data visual dicari melalui hasil *survey* wawancara dan pencarian melalui internet (*pinterest*, *google*, dan *instagram*). Ilustrasi buku panduan menggunakan teknik tradisional (*hand drawing*) yang memberikan kesan manual dan kesederhanaan gaya hidup sehat vegetarian. Media yang digunakan adalah *watercolor* dan *marker*. Ilustrasi yang sudah jadi kemudian di-*scan* dan kemudian diedit dengan menggunakan *photoshop*. Ilustrasi bergaya botanical, campuran realis dan kartun yang menambah ciri khas dalam buku. *Layout* buku didesain dengan margin 1,5 cm, dengan satu kolom dan dua kolom. *Layout* dibuat bervariasi namun tetap ada pengulangan *layout* dan memperhatikan

*unity, balance, dan sequence.* Buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian berisikan 116 halaman, dengan 9 bab, berukuran 14,5 cm x 20,5 cm, dan menggunakan jenis kertas *bookpaper* 70gr untuk isi dan kertas *tintoretto* 250gr untuk *cover* buku. Segala perpaduan aspek verbal dan visual yang sudah direncanakan dan dikemas berguna untuk menarik minat generasi muda dengan adanya nuansa baru buku panduan vegetarian dan mudah memahami pesan yang disampaikan.

Media pendukung dalam perancangan ini seperti: taplak bekal, *totebag, sticker,* benih tanaman, dan media sosial *instagram,* dimana setiap media memberikan informasi sesuai fungsinya masing-masing dan menjadi sarana mempromosikan buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian. Perancangan buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian dirancang sebagai wujud memudahkan generasi muda yang ingin belajar menyehatkan tubuh sekaligus peduli akan kesehatan bumi dengan melakukan praktik vegetarian, dengan cara yang lebih mudah dan bernuansa baru, khususnya bagi generasi muda yang berada di Yogyakarta.

## **B. Saran**

Selama proses penelitian buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian masih banyak harus dilakukan riset, observasi, dan analisis data, dikarenakan keterbatasan waktu. Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam pembuatan buku panduan Gaya Hidup Sehat Vegetarian, oleh karena itu perancangan buku ini diharapkan dapat menjadi referensi munculnya buku-buku gaya hidup sehat maupun buku mengenai vegetarian dalam berbagai macam perspektif.

Akhirnya dengan kerendahan hati buku ini hadir karena adanya kegelisahan penulis akan pentingnya gaya hidup sehat vegetarian, guna memberikan manfaat bagi kesehatan manusia sekaligus untuk kesehatan bumi. Penulis berharap buku ini dapat memandu dengan mudah sekaligus memberikan informasi yang mudah dipahami dan dilakukan bagi pembacanya yang ingin belajar memulai gaya hidup sehat vegetarian dan mengedukasi pembaca yang hanya ingin sekedar mengerti gaya hidup sehat vegetarian.

## DAFTAR PUSTAKA

### **Buku:**

- Affandi, 2002. *Home Garden : Sebagai Salah Satu Sistem Agroforestry Lokal: USU Digital Library*
- Andi, Kusrianto, 2009. *Pengantar Desain Komunikasi Visual, Indonesia: Andi*
- Bangun, A.P, 2003. *Vegetarian: Gaya hidup Sehat Berpantang Daging. Jakarta:Agromedia Pustaka*
- IVS. 2016. *Panduan Pola Makan Berbasis Nabati “Vegan Starter Kit”, Indonesia: IVS*
- Maharsi, Indria, 2016. *Ilustrasi. Yogyakarta: Badan Penerbit ISI Yogyakarta*
- Rejeki, Sri, 2013. *Ya, saya Vegetarian!, Yogyakarta: Familia*
- Robert, Ross, 1936. *Illustration Today, International Textbook Pennyslavania*
- Rustan, Suriyanto, 2009. *Layout dasar & Penerapannya, Jakarta: Kompas Gramedia*
- Rustan, Suriyanto, 2011. *Huruf, Font, Tipografi, Jakarta: PT Gramedia*
- Sanyoto, Sadjiman Ebdi, 2009. *Nirmana Elemen-elemen Seni dan Desain, Yogyakarta: Jalasutra*
- Tinarbuko, Sumbo, 2010. *Semiotika Komunikasi Visual, Yogyakarta: Jalasutra*
- Yosephin, Betty, 2018. *Tuntutan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi, Yogyakarta: Penerbit ANDI OFFSET*

### **Jurnal**

- Rahayu, Trisna, 2017, *Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran Loving Hut Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta.*

### **Tautan**

<http://kaltim.prokal.co/read/news/341718-tren-menanjak-minat-menjadi-vegetarian>

<https://kamuslengkap.com/kamus/inggris-indonesia/arti-kata/home-made>

<https://kaltim.prokal.co/read/news/341718-tren-menanjak-minat-menjadi-vegetarian>

**E-Book**

Famer, Geir 2014. *“Chapter 2: What is Literary Fiction: The Ways We Read Narrative Literature. Bloomsburry Publishing USA.*

**Wawancara:**

Janti. 2019. “Gaya Hidup Sehat Vegetarian dan Vegan”. Hasil Wawancara Pribadi: 30 April 2019. Maguwoharjo, Yogyakarta.

Novi. 2019. “Resep Homemade Vegetarian”. Hasil Wawancara Pribadi: 05 Mei 2019. Pasar Milas, Yogyakarta.

Manajer Loving Hut Demangan. 2019. “Minat Anak Muda Mengonsumsi Makanan Vegetarian dan Vegan Hasil Wawancara Pribadi: 15 Mei 2019. Loving Hut, Yogyakarta.

Guyub. 2019. “Alasan Vegetarian dan Vegetarian Ala Anak Muda”. Hasil Wawancara Pribadi: 1 Juni 2019. Yogyakarta.

Uray. 2019. “Alasan Vegetarian dan Vegetarian Ala Anak Muda”. Hasil Wawancara Pribadi: 15 Juni 2019. Yogyakarta.

Ivan. 2019. “Alasan Vegetarian dan Vegetarian Ala Anak Muda”. Hasil Wawancara Pribadi: 15 Juni 2019. Yogyakarta.