

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Gangguan muskuloskeletal adalah gangguan yang menyebabkan rasa nyeri pada sistem muskuloskeletal manusia, seperti sendi, otot, tulang, ligament dan tendon, mulai dari gangguan yang sangat ringan hingga sangat sakit. Gangguan ini sangat berpotensi untuk terjadi pada mahasiswa saat aktivitas *learn from home*. Namun, banyak dari mahasiswa yang tidak mengetahui gangguan ini. Gangguan yang dapat mengurangi kemampuan mahasiswa dalam bergerak dan menyebabkan ketidakproduktifan mahasiswa dalam aktivitas sehari-hari ini sudah seharusnya diketahui oleh mahasiswa. Oleh karena itu, solusi dari permasalahan tersebut penulis merancang sebuah buku informasi tentang gangguan muskuloskeletal pada mahasiswa.

Perancangan ini penulis lakukan dengan tahapan berdasarkan metode perancangan menurut Landa (2014) yang dimulai dari tahap orientasi dimana penulis melakukan pengumpulan data dan informasi melalui wawancara, kuesioner, dan studi referensi untuk memahami permasalahan yang ada. Data yang terkumpul dianalisis oleh penulis dan mendapatkan kesimpulan bahwa untuk menyesuaikan target, buku informasi ini akan dikemas dalam bentuk digital yaitu *e-book*. Konsep dari perancangan ini adalah '*Healthy Muskuloskeletal Toolkit*' yang didapatkan dari proses *mindmapping* dan *brainstorming*. Visualisasi buku informasi dengan warna flat, ilustrasi *line art*, tipografi jelas dan tegas, serta *layout* simpel dan instruksional

dipilih berdasarkan kata kunci yang sudah di tentukan yaitu *healthy, habits, simple,* dan *amend.*

Pada akhirnya, perancangan buku informasi dirancang dengan tujuan untuk membantu mahasiswa untuk mengetahui pengetahuan dasar mengenai gangguan muskuloskeletal yang disebabkan karena aktivitas *learn from home.* Berisi 40 halaman, buku informasi yang berjudul Sendi Otot Toolkit terdapat informasi mengenai sistem muskuloskeletal, gangguan muskuloskeletal, serta penerapan *learn from home* yang ergonomis untuk membantu mahasiswa mengurangi risiko dalam mengalami gangguan muskuloskeletal. Dengan buku ini, mahasiswa dapat teredukasi dan melihat kembali mana kebiasaan yang benar dan kebiasaan yang salah untuk diterapkan saat aktivitas *learn from home.*

5.2. Saran

Becermin dari perancangan yang sudah dilakukan, saran yang dapat penulis sampaikan adalah mengingat waktu perancangan yang tergolong singkat, maka aturlah *timeline* perancangan seefisien mungkin agar riset dan pengumpulan data serta perancangan berdasarkan metode perancangan yang dipilih dapat dilakukan dengan maksimal. Dalam mengumpulkan data serta informasi yang dibutuhkan pada perancangan, kumpulkanlah data selengkap mungkin dan merupakan data yang kredibel agar dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Narasumber yang dipilih sebaiknya merupakan ahli dari bidang dalam topik tersebut dan terpercaya. Dalam menentukan solusi akhir (media) dari permasalahan yang ada, diperlukan riset yang mendalam dengan menganalisis permasalahan dan juga targetnya agar solusi yang diberikan dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan efektif.

Dalam pembuatan buku informasi, konten yang digunakan harus jelas dan divalidasi kebenarannya dengan seseorang yang ahli di bidangnya. Buku informasi yang akan dirancang juga harus memperhatikan aspek visual yang sesuai dengan target, seperti pemilihan warna, tipografi, ilustrasi, *grid*, dan lain sebagainya.