

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari proses penelitian hingga perancangan yang penulis lakukan, hal yang dapat disimpulkan adalah perancangan buku panduan untuk mencegah *postpartum depression* untuk calon ibu dan ayah ini dilakukan agar pasangan yang akan menjadi orang tua untuk pertama kalinya dapat memberdayakan diri sebelum memasuki kehidupan setelah kelahiran anak. Hasil penelitian yang penulis lakukan terutama dari wawancara dan FGD menunjukkan bahwa *postpartum depression* disebabkan oleh kurangnya pemahaman yang memadai tentang hal-hal yang akan dihadapi pada masa pascapersalinan dan juga kurangnya dukungan dari suami. Dengan kurangnya pemahaman kehidupan pascapersalinan, pasangan dapat merasakan stres dan tekanan yang lebih besar ketika menghadapi hal-hal yang berada di luar ekspektasi nantinya jika tidak melakukan persiapan terlebih dahulu. Tidak hanya istri, suami juga perlu memahami tentang kehidupan pascapersalinan untuk menunjukkan keterlibatan sebagai suatu bentuk dukungan untuk istrinya. Maka dari itu, penulis merancang sebuah buku panduan yang membantu mempersiapkan pasangan dengan membuat perencanaan sebelum kelahiran anak yang bisa menjadi langkah awal dari upaya pencegahan *postpartum depression*.

Untuk perancangan buku panduan ini, penulis menggunakan elemen-elemen visual yang bersifat lembut dan tidak agresif, memiliki fokus visual yang jelas sehingga mudah untuk dilihat dan dibaca, serta susunan setiap elemen yang terorganisir dan rapi. Pada perancangan buku tentunya penulis menggunakan elemen teks untuk menyampaikan informasi dengan menggunakan jenis-jenis *typeface* yang berbeda sesuai dengan kegunaan dari teks tersebut. Penulis juga menggunakan ilustrasi untuk membantu pembaca lebih cepat dalam memahami informasi yang disampaikan dan memberikan daya tarik visual. Selain itu, ada juga elemen visual pendukung untuk memberikan keunikan terhadap sistem visual perancangan yang konsisten sesuai dengan konsep perancangan, dan juga berfungsi

untuk menonjolkan kesan *delicate*, *clear*, dan *structured* yang ingin ditunjukkan. Setiap elemen visual diberi warna yang juga disesuaikan dengan konsep perancangan. Penggunaan warna terhadap setiap elemen visual memiliki aturan yang diterapkan sesuai dengan peran dan fungsi setiap elemen. Setelah merancang setiap elemen visual yang dibutuhkan, penulis mengemas seluruh elemen ke dalam halaman-halaman buku yang ditata. Penata letakan atau *layouting* diselaraskan dengan konsep perancangan agar perancangan tetap terlihat konsisten.

5.2 Saran

Karya tulis ini penulis susun dengan harapan dapat menyajikan wawasan kepada pembaca yang dapat menjadi bermanfaat. Untuk pembaca yang sedang melakukan perancangan tugas akhir, khususnya perancangan tentang kesehatan mental maternal, penulis menyarankan untuk memperbanyak interaksi dengan target audiens. Kehidupan maternal adalah hal yang mungkin belum dialami oleh pembaca, sedangkan ketika merancang untuk audiens, perancang harus bisa menempatkan diri di posisi pihak yang ditujukan untuk perancangan. Maka dari itu, hal yang dapat dilakukan adalah memperbanyak mendengar cerita-cerita dari target audiens, entah itu secara langsung maupun melalui sumber lainnya. Mendapatkan masukan dari ahli, dalam kasus penulis yaitu seorang psikolog, juga bisa membantu dalam penyusunan konten untuk perancangan buku agar perancangan yang dilakukan semakin akurat untuk target audiens yang ditujukan.