

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Lifetrapp atau *Early Maladaptive Schemas* (EMS) adalah pandangan terdistorsi pada diri sendiri dan orang lain yang disebabkan oleh memori-memori yang tidak menyenangkan dari masa kecil yang menyebabkan tindakan-tindakan yang self-destruktif (Young, 2020). Salah satu *lifetrapp* yang dapat berkembang adalah *lifetrapp Failure* (Kegagalan). *Lifetrapp* tersebut adalah pandangan terdistorsi bahwa individu adalah seorang yang gagal dan ia akan selalu gagal dalam segala yang ia lakukan (Young, 2020) dengan tiga dari berbagai cara individu bereaksi pada *lifetrapp Failure* mereka adalah pengerjaan tugas yang setengah hati atau asal-asalan, prokrastinasi, dan sikap menghindar kesempatan untuk mengembangkan diri karena ketakutan akan gagal. Berdasarkan riset Purnama & Muis (2014) pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya, terdapat korelasi negatif antara prokrastinasi dengan nilai IPK mahasiswa. Selain itu, berdasarkan riset oleh Iswara dkk (2021) pada mahasiswa Bidikmisi Universitas Pendidikan Indonesia di Bandung, ditemukan bahwa ada korelasi antara prokrastinasi akademis dengan ketakutan akan gagal. Selain itu, *Lifetrapp Failure* tersebut berdampak negatif dalam performa individu terutama performa akademis mahasiswa. Jika tidak dihentikan, *lifetrapp Failure* tersebut dapat dibawa oleh mahasiswa-mahasiswi yang memilikinya hingga ke dunia pekerjaan sehingga pekerjaan mahasiswa-mahasiswi tersebut akan terdampak juga. Hal ini dikarenakan sifat *lifetrapp* sulit untuk dilepaskan (Young, 2020).

Penulis kemudian melakukan survei yang disebarkan kepada 100 responden di provinsi Banten, provinsi dengan populasi mahasiswa terbanyak di Indonesia. Dari survey tersebut, diketahui bahwa pengetahuan mengenai *lifetrapp* dan *lifetrapp Failure* masih rendah sehingga menyebabkan mahasiswa untuk tidak mencari pertolongan dalam melemahkan *lifetrapp Failure* mereka. Berdasarkan mayoritas umur mahasiswa di Indonesia berada di rentang 18-24 tahun, penggunaan media

sosial Instagram yang banyak oleh kalangan umur 18-24 tahun dan efektivitas media interaktif dalam menyampaikan informasi ketimbang media konvensional, penulis memutuskan untuk merancang *website mobile* informasi interaktif tentang *lifetrapp* dan *lifetrapp Failure* kepada mahasiswa berumur 18-24 tahun.

Penulis merancang *website* secara interaktif yang didasari oleh efektivitas media interaktif dalam menarik perhatian dan memudahkan pemahaman materi bagi penggunanya. Selain itu, penulis juga menambahkan ilustrasi berdasarkan data kuesioner dengan preferensi yang banyak terhadap penyampaian informasi yang menggunakan visual lebih banyak. Setelah *website* sudah berhasil dirancang menjadi *prototype*, *prototype* tersebut diuji dua kali dalam alfa tes dan beta tes agar mendapatkan masukan untuk mengembangkan dan memperbaiki *prototype* tersebut. Revisi *prototype* tersebut dilakukan agar *prototype* lebih efektif dan lebih nyaman bagi target audiens untuk menggunakan.

5.2 Saran

Proses perancangan Tugas Akhir yang telah dilalui oleh penulis adalah akan menjadi pengalaman yang sangat berarti dan edukatif dalam mengasah kemampuan penulis. Dari Tugas Akhir ini, penulis telah mempelajari dan mempraktekkan kembali ilmu desain grafis yang sudah diajarkan selama periode kuliah serta mengasah kemampuan dan kepercayaan diri penulis untuk mewawancarai ahli dan target audiens. Penulis juga ingin menyampaikan berbagai saran bagi mahasiswa-mahasiswa yang hendak menjalani Tugas Akhir:

- 1) Penulis menganjurkan mahasiswa untuk mencari topik yang dipahami dan sudah cukup mendalam bagi mahasiswa.
- 2) Mahasiswa dianjurkan untuk mencari topik yang sudah spesifik dan terkerucut agar *scope* penelitian dan perancangan tidak terlalu membebani bagi diri sendiri.
- 3) Mahasiswa dianjurkan untuk membagi waktu dengan baik pada saat proses perancangan dan proses pencarian data.

- 4) Penulis menganjurkan mahasiswa untuk membaca banyak buku teori mengenai desain grafis dan media-media lainnya agar pencarian teori lebih mudah bagi diri sendiri.

Berdasarkan penemuan dalam perancangan *website mobile* mengenai *lifetrapp* dan *lifetrapp Failure*, penulis menerima berbagai saran pada media yang dirancang. Saran-saran yang didapatkan tersebut dapat diterapkan kepada media yang sudah dirancang dan juga sebagai patokan dalam merancang media dalam perancangan lainnya. Berikut merupakan jabaran dari saran yang didapatkan:

- 1) Interaktivitas media harus dijaga agar tidak menyebabkan sebuah *pain point* bagi pengguna.
- 2) *Grid* perlu digunakan terutama agar jarak antara elemen yang terpapar tidak terlalu rapat sehingga tidak nyaman untuk dilihat.
- 3) Fungsi pada tombol harus jelas pada ikon yang dipaparkan kepada pengguna *website*.
- 4) Desain perlu dirancang dengan konsistensi yang menyeluruh dari warna, gaya visual, dan tata letak.
- 5) *Copywriting* dan desain yang dibuat juga perlu dirancang dengan empati dan mempertimbangkan perasaan target audiens.
- 6) Konten yang disajikan pada perancangan harus diberikan sitasi agar pengguna mengetahui konten bersifat kredibel.
- 7) Tes yang dirancang pada *website* perlu diberikan sumber agar pengguna mengetahui kredibilitas tes serta dijelaskan parameter pengukuran hasil tes yang dipaparkan.
- 8) Desain yang dirancang memerlukan interaktivitas yang lebih banyak.
- 9) Dalam merancang desain, pengarahannya kepada psikolog harus mudah ditemukan oleh target audiens.
- 10) Dalam pengumpulan data, wawancara atau FGD perlu lebih mengarah kepada masalah desain yang diambil ketimbang masalah perancangan.