

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Penduduk Indonesia yang memasuki usia pensiun sekitar 6,5% nya yang berusia 55-64 tahun dan 8,0% yang berusia 65-74 tahun mengalami depresi (Kemenkes, 2018). Menurut Schimelpfening, salah satu penyebab depresi ini adalah kecemasan menghadapi perubahan pada masa pensiun (2023). Untuk mencegah gangguan psikologis ini, diperlukan suatu persiapan gaya hidup yang positif. Salah satunya adalah *slow living*. Sayangnya, media informasi yang ada saat ini mengenai *slow living* belum komprehensif, sehingga menimbulkan misinformasi *slow living* sebagai gaya hidup yang jauh dari perkotaan, anti teknologi, sampai tidak produktif. Oleh karena itu, diperlukan perancangan media informasi mengenai *slow living* sebagai alternatif gaya hidup persiapan pensiun.

Dalam mengumpulkan data, penulis menggunakan *mix methods*. Pada metode kualitatif, penulis melakukan wawancara terhadap praktisioner *slow living* di Indonesia, yakni Sulis Tya Ningsih dan Ukke Kosasih, dan psikolog dewasa, Citra Hati Leonita, M.Psi., Psi. Pada metode kuantitatif, penulis menyebarkan survei pada target audiens yang akan menuju masa pensiun berusia 45-54 tahun di Jabodetabek. Hasil yang didapat adalah gaya hidup *slow living* bertujuan agar seseorang mengenal prioritas dalam dirinya masing-masing dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang. Selain itu, 87% responden menyetujui apabila mereka membutuhkan alternatif gaya hidup seperti *slow living* sebagai persiapan pensiun dengan buku sebagai salah satu media yang cukup sering digunakan oleh mayoritas responden. Dari landasan data ini, penulis pun berinisiatif untuk melakukan perancangan buku panduan mengenai gaya hidup *slow living* sebagai persiapan pensiun.

Perancangan buku menggunakan metode desain buku oleh Andrew Haslam. Buku panduan berukuran B5 menyesuaikan fungsi fisiologis pada kemampuan

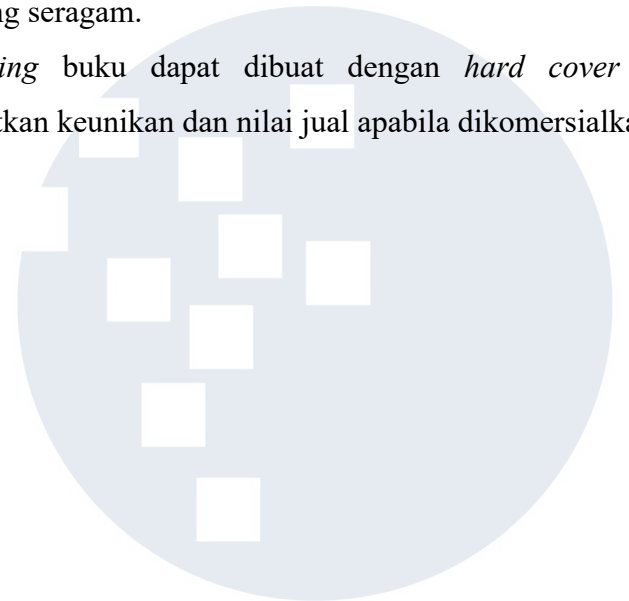
membaca tulisan kecil target audiens yang mulai menurun, sehingga ukuran buku perlu disesuaikan lebih besar agar tulisan dan elemen visual yang dimuat dapat lebih nyaman untuk dibaca. Pada media sekunder, penulis melakukan perancangan untuk *social media*, poster, T-banner, *gimmick* dalam bentuk *memopad* dan pembatas buku, serta *merchandise* berbentuk *totebag*, pulpen, dan mug yang dapat digunakan sebagai media promosi buku. Setelah menyelesaikan tahapan perancangan, penulis melakukan *beta test* buku panduan terhadap target audiens dengan melakukan *in-depth interview* bersama tiga orang. Hasil yang didapat adalah struktur buku sudah jelas dan jumlah halaman sudah pas untuk dibaca, tidak membuat terlalu banyak informasi namun dilengkapi dengan ilustrasi dan fotografi yang menarik dan memberikan kesan sesuai dengan kata kunci pada *big idea*, yakni tenang, sederhana, dan nyaman.

5.2 Saran

Selama menjalankan proses tugas akhir, penulis mendapat saran dari berbagai pihak. Beberapa saran yang dapat diberikan oleh penulis untuk pembaca yang ingin mengambil topik serupa maupun topik lainnya antara lain.

1. Proaktif dalam meminta pendapat dari pihak-pihak terkait dan menerima segala kritik sebagai sesuatu yang membangun dan positif bagi proses perancangan tugas akhir yang lebih baik lagi kedepannya.
2. Apabila target audiens adalah dewasa madya berumur lebih dari 40 tahun dan pengumpulan data menggunakan survei *online*, pastikan *tools* pada pertanyaan kuesioner dirancang secara *seamless* dan dapat diisi dengan mudah oleh responden dikarenakan karakteristik keterbatasan penggunaan teknologi oleh target audiens (*gaptek*).
3. Topik seputar *slow living* masih memiliki kemungkinan yang luas untuk dibahas pada target audiens diluar usia 45-54 tahun, mengingat *slow living* merupakan gaya hidup yang memiliki manfaat positif untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang.
4. Konten buku mengenai panduan *slow living* seperti persiapan mental dan anggaran dapat dielaborasi secara lebih dalam dan detail agar isi buku menjadi semakin komprehensif dan padu.

5. Selain mempertimbangkan estetika, perancangan fotografi perlu diselaraskan dengan konteks narasi buku sehingga memiliki *storytelling*.
6. Pada bidang desain yang terdiri dari dua sisi dan berbentuk sebuah *set* seperti kartu *quotes set*, usahakan visual tampak belakang masing-masing kartu dibuat tidak monoton dengan lebih eksploratif tanpa menggunakan satu desain yang seragam.
7. *Finishing* buku dapat dibuat dengan *hard cover* sehingga dapat meningkatkan keunikan dan nilai jual apabila dikomersialkan.



UMMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA