

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) atau biasa dikenal dengan asam lambung naik merupakan salah satu penyakit gangguan kesehatan sistem pencernaan dimana terjadi kenaikan isi lambung ke kerongkongan (*esofagus*) akibat melemahnya katup (*sfincter*) yang menjadi penghubung antara kerongkongan dengan lambung. GERD dapat terjadi karena beberapa faktor seperti stres dan pola makan. Umumnya penyakit GERD dialami oleh orang dewasa terutama pada pekerja usia produktif karena mereka seringkali dipenuhi dengan berbagai kesibukan dan tuntutan pekerjaan yang tinggi sehingga berpengaruh kepada aspek psikologis dan pola hidup (pola tidur dan pola makan). Namun saat ini, GERD bisa saja terjadi pada anak-anak maupun remaja. Penyebabnya dapat bervariasi seperti pola makan yang buruk, obesitas, dan lainnya. Ketika sudah terkena GERD, seseorang harus lebih menjaga kesehatan tubuhnya agar tidak kambuh salah satunya yaitu dengan memperhatikan pola makan. Pengetahuan dan pemahaman masyarakat terkait pola makan yang baik dan tepat perlu ditingkatkan untuk meminimalisir terjadinya GERD. Media yang memuat informasi khusus mengenai pola makan masih minim. Oleh sebab itu, penulis merancang media informasi berupa media sosial Instagram sebagai solusi penyedia informasi mengenai GERD dan pola makannya.

Sebelum merancang, penulis melakukan pengumpulan data dengan menggunakan metode campuran kuantitatif dan kualitatif melalui kuesioner, wawancara, studi literatur, dan studi eksisting. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk menentukan strategi dan solusi perancangan yang tepat. Dalam proses perancangan, penulis menggunakan teori Robin Landa dengan lima tahapan. Tahapan diawali dengan melakukan *brainstorming* dan *mindmapping* untuk

menemukan *keywords*. *Keywords* akan dikembangkan menjadi sebuah *big idea* yaitu jalani hari dengan lambung nyaman bebas GERD. *Big idea* ini menjadi panduan penulis dalam membuat konsep, strategi visual, dan strategi komunikasi. Setelah menetapkan strategi visual, penulis mulai menyusun *moodboard*, *typeface*, *color palette*, dan ilustrasi. Selain itu, melakukan penyusunan konten pada media-media yang akan digunakan. Kemudian penulis membuat sketsa, *key visual*, dan melakukan digitalisasi. Hasil desain final yang telah dibuat dimasukkan ke dalam *mockup* agar terlihat lebih nyata.

5.1 Saran

Setelah penulis selesai melakukan perancangan, terdapat beberapa saran bagi pembaca maupun peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan topik serupa. Dalam meneliti topik seputar kesehatan terutama kesehatan organ dalam, diperlukan data dan informasi yang benar-benar valid dari sumber terpercaya agar tidak adanya kekeliruan terhadap informasi mengenai topik yang dibahas. Pembaca maupun peneliti dapat melakukan wawancara dengan orang yang ahli di bidangnya yaitu dokter spesialis penyakit dalam untuk memperoleh informasi yang detil dan menyeluruh. Topik mengenai penyakit GERD juga dapat dibahas dengan lebih mendalam pada penelitian selanjutnya. Pembaca maupun peneliti dapat membahas mengenai faktor penyebab lain dari kambuhnya penyakit GERD seperti stres atau hubungan GERD dengan penyakit lambung lainnya. Selain itu, dapat pula menambahkan informasi mengenai gejala yang mirip dengan penyakit GERD seperti penyakit jantung agar *audiens* dapat lebih *aware* dan tidak keliru dengan penyakit lainnya dalam hal penanganan. Informasi ini perlu disampaikan dalam penelitian lebih lanjut sehingga dapat melengkapi penelitian yang telah dilakukan penulis. Penulis juga berpesan kepada pembaca dan peneliti agar lebih terbuka dan mempertimbangkan dengan matang segala masukan yang diperoleh selama proses perancangan sehingga hasilnya bisa sesuai dan menjawab permasalahan yang dialami masyarakat.