

**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI
JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN**



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

LAPORAN TUGAS AKHIR

Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

00000051862

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

FAKULTAS SENI DAN DESAIN

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA

TANGERANG

2024

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI

JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN



LAPORAN TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Desain (S.Ds.)

Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara
0000051862

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL
FAKULTAS SENI DAN DESAIN
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG
2024

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

Nomor Induk Mahasiswa : 00000051862

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Tugas Akhir dengan judul:

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN

Merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari karya ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk, telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/penyimpangan, baik dalam pelaksanaan skripsi maupun dalam penulisan laporan skripsi, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk Tugas Akhir yang telah saya tempuh.

Tangerang, 20 Mei 2024



Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN

Oleh

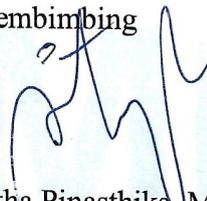
Nama : Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara
NIM : 00000051862
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni dan Desain

Telah disetujui untuk diajukan pada

Sidang Ujian Tugas Akhir Universitas Multimedia Nusantara

Tangerang, 20 Mei 2024

Pembimbing



Lalitya Talitha Pinasthika, M.Ds.
0308078801/034812

Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual



Fonita Theresia Yoliando, S.Ds., M.A.
0311099302/043487

iii

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN

Oleh

Nama : Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara
NIM : 00000051862
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni dan Desain

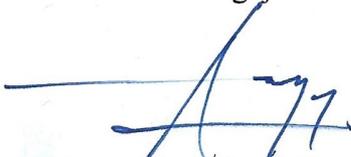
Telah diujikan pada Jumat, 31 Mei 2024
Pukul 13.45 s.d 14.30 dan dinyatakan
LULUS

Dengan susunan penguji sebagai berikut.

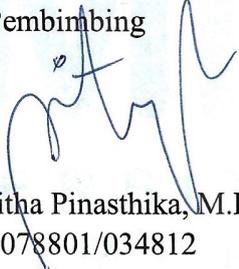
Ketua Sidang


Nadia Mahatmi, M.Ds.
0416038705/039375

Penguji


Ardyansyah, S.Sn., M.M., M.Ds.
0318127603/L00011

Pembimbing


Lalitya Talitha Pinasthika, M.Ds.
0308078801/034812

Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual


Fonita Theresia Yoliando, S.Ds., M.A.
0311099302/043487

**LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH MAHASISWA**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara
Nomor Induk Mahasiswa : 00000051862
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Jenjang : S2 / S1 / D3
Judul Karya Ilmiah :

**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI JAM
TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya bersedia:

Memberikan izin sepenuhnya kepada Universitas Multimedia Nusantara untuk mempublikasikan hasil karya ilmiah saya di repositori Knowledge Center, sehingga dapat diakses oleh Civitas Akademika/Publik. Saya menyatakan bahwa karya ilmiah yang saya buat tidak mengandung data yang bersifat konfidensial dan saya juga tidak akan mencabut kembali izin yang telah saya berikan dengan alasan apapun.

Saya tidak bersedia, dikarenakan:

Dalam proses pengajuan untuk diterbitkan ke jurnal/konferensi nasional/internasional (dibuktikan dengan *letter of acceptance*)*.

Tangerang, 31 Mei 2024



Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

* Jika tidak bisa membuktikan LoA jurnal/HKI selama 6 bulan kedepan, saya bersedia mengizinkan penuh karya ilmiah saya untuk diunggah ke KC UMN dan menjadi hak institusi UMN.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT. Atas rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menempuh dan menyelesaikan proses Tugas Akhir ini. Tujuan penulis ingin membuat buku ilustrasi sebagai media informasi yang dirancang untuk menjadi sarana informasi yang menarik dan dapat dipahami oleh masyarakat, terutama orang dewasa. Dengan menggunakan ilustrasi, pesan-pesan kompleks dapat disampaikan dengan cara yang sederhana dan mudah dimengerti oleh pembaca.

Penulisan laporan ini, dapat terselesaikan dengan baik karena orang-orang sekitar penulis yang memberikan pengetahuan, dukungan dan bantuan. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ninok Leksono, M.A., selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara.
2. Muhammad Cahya Mulya Daulay, S.Sn., M.Ds., selaku Dekan Fakultas Seni dan Desain Universitas Multimedia Nusantara.
3. Fonita Theresia Yoliando, S.Ds., M.A., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Multimedia Nusantara.
4. Lalitya Talitha Pinasthika, M.Ds., sebagai Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi atas terselesainya tugas akhir ini.
5. Adhreza Brahma, M.Ds., sebagai Pembimbing Spesialis yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi atas terselesainya tugas akhir ini.
6. Maria Triastuti Puspaningsih, S.Psi., M.Psi., selaku Psikologi Klinis Dewasa yang telah bersedia menjadi narasumber pertama untuk memberikan informasi yang mendukung tugas akhir ini.
7. Annisya Dekawati Zulkifli, Arival Ahmadi Burhan, Dera Vionetta, Dias Elfasyah dan Muhammad Yafi Rajabbil sebagai responden *Focus Group Discussion* yang telah memberikan informasi yang mendukung tugas akhir ini.

8. Keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Muhammad Yafi Rajabbil, sebagai supporter terbaik serta membantu dan mendoakan kelancaran penulis selama melakukan proses penulisan tugas akhir ini.
10. Almira Maritza Augita Isworo, Anandita Indira Hayat, Danuarta Dwi Yuli Saputro, Muhammad Dipa Herlambang, Selma Sekar Seto serta orang-orang terdekat sebagai sahabat-sahabat penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan doa untuk kelancaran tugas akhir.

Penulis menyadari bahwa laporan dan perancangan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala masukan, kritik dan saran yang bermanfaat bagi penulis untuk kedepannya. Semoga Tugas Akhir ini menjadi dokumentasi bagi penulis dan berguna bagi pembaca, khususnya bagi Mahasiswa/I Universitas Multimedia Nusantara, yang ingin mengambil topik yang sama tentang dewasa awal yang mengalami kurang tidur dan regulasi tidur yang tidak baik.

Tangerang, 20 Mei 2024



Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI MENGENAI REGULASI

JAM TIDUR BAGI DEWASA USIA 21-27 TAHUN

Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

ABSTRAK

Tidur merupakan kebutuhan dasar yang penting bagi kesehatan tubuh manusia, namun kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh gaya hidup seseorang. Di Indonesia, banyak orang yang menderita gangguan tidur. Gangguan tidur dapat mempengaruhi kesehatan emosional, mental dan fisik. Hal ini umum dialami oleh manusia, perubahan tanggung jawab seiring bertambahnya usia dapat mempengaruhi pola tidur. Selain itu, penggunaan waktu layar atau alat elektronik sebelum tidur juga dapat mengganggu kualitas tidur karna mempengaruhi ritme sirkadian atau regulasi jam tidur, merangsang otak untuk tetap terjaga. Oleh karena itu, diperlukan media untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya regulasi jam tidur. Buku Ilustrasi ini bertujuan untuk merancang dukungan yang mudah diakses yang berfokus pada regulasi jam tidur dan mengatasi gangguan tidur pada orang dewasa khususnya yang sudah memiliki tanggung jawab seiring bertambahnya usia. Buku Ilustrasi ini ditargetkan pada laki-laki dan perempuan usia 21-27 tahun yang berdomisili di Jakarta dan Tangerang. Data yang dikumpulkan menggunakan metode kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari wawancara dengan psikolog klinis dewasa. Sedangkan data kuantitatif dikumpulkan melalui kuesioner, *focus group discussion*, studi eksisting dan studi referensi. Dapat disimpulkan bahwa buku ilustrasi regulasi jam tidur ini dirancang sebagai media informasi berdasarkan hasil dan riset penelitian yang penulis lakukan.

Kata kunci: Regulasi Jam Tidur, Kualitas Tidur, Dewasa Awal, Waktu Layar

ILLUSTRATION BOOK DESIGN ABOUT SLEEP TIME

REGULATIONS FOR ADULT AGED 21-27

Encik Riyu Shafa Anissalsabil Tara

ABSTRACT (English)

Sleep is a fundamental need for the human body's health, but it's quality can be affected by lifestyle. In Indonesia, a lot of people experience sleep disorder. Sleep disorders can affect emotional, mental, and physical health. This is commonly experienced by humans. Changes in responsibilities as aged can affect sleep patterns. Additionally, the use of screen time or electronic devices before sleep can also disrupt sleep quality by affecting circadian rhythms or sleep time regulation, stimulating the brain to stay awake. Therefore, there is a need for media to raise awareness about the significance of sleep time regulations. This information media aims to create a practical and easily accessible support system that focuses on regulating sleep hours and sleep disorders in adults, particularly those who have more responsibilities as they age. This information media is intended for men and women aged 21-27 years who reside in Jakarta and Tangerang. Qualitative and quantitative research methods were used. Qualitative data was gathered through interviews with adult clinical psychologists, while quantitative data was collected through questionnaires focus group discussion, existing studies, and reference studies. It can be concluded, that the illustration book about sleep time regulation is designed as information media based on the results and research conducted by the author.

Keywords: *Sleep Time Regulation, Sleep Quality, Young Adult, Screen Time*

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH MAHASISWA.	v
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT (English)</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Batasan Masalah	3
1.4 Tujuan Tugas Akhir	4
1.5 Manfaat Tugas Akhir	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Desain Grafis.....	6
2.1.1 Elemen Desain.....	6
2.1.2 Prinsip Desain	12
2.1.3 <i>Typography</i>	15
2.1.4 <i>Layout</i>	19
2.1.5 <i>Grid</i>	19
2.1.6 <i>Illustration</i>	22
2.2 Media Informasi	28
2.2.1 Elemen Pesan	29
2.2.2 Buku	30
2.3 Tidur	35
2.3.1 Regulasi Jam Tidur	35

2.3.2	Kualitas Tidur.....	35
2.3.3	Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	36
2.3.4	Manfaat Tidur Berkualitas.....	38
2.3.5	Fase Tidur	39
2.3.6	Kebutuhan Tidur Dewasa.....	40
2.3.7	Gangguan Tidur	41
2.4	Dewasa	43
2.4.1	Dewasa Awal	43
2.4.2	Dewasa Pertengahan	43
2.4.3	Dewasa Lanjut	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN DAN PERANCANGAN		44
3.1	Metodologi Penelitian	44
3.1.1	Kuesioner.....	44
3.1.2	Wawancara.....	47
3.1.3	<i>Focus Group Discussion</i>	48
3.1.2	Studi Eksisting	50
3.1.2	Studi Referensi.....	55
3.2	Metodologi Perancangan.....	57
BAB IV STRATEGI DAN ANALISIS PERANCANGAN		59
4.1	Strategi Perancangan.....	59
4.1.1	<i>Mindmap</i> dan <i>Brainstorming</i>	59
4.1.2	<i>Keywords</i>	61
4.1.3	Konsep dan <i>Moodboard</i>	62
4.1.4	Pemilihan Warna.....	62
4.1.5	Pemilihan <i>Typography</i>	64
4.1.6	Konten Buku	66
4.1.7	Spesifikasi Isi Buku	67
4.1.8	Perancangan Isi Buku	68
4.1.9	Perancangan Ilustrasi	70
4.1.10	Perancangan Karakter	70
4.1.11	Perancangan Aset Visual	74
4.1.12	Perancangan <i>Layout</i>	76

4.1.13	Perancangan Judul	79
4.1.14	Perancangan <i>Cover</i>	79
4.1.15	Perancangan Media Pendukung	82
4.2	Analisis Perancangan.....	100
4.2.1	Analisis Buku	100
4.2.2	Analisis <i>Spread</i> Buku.....	101
4.2.3	Analisis <i>Layout</i> Buku.....	105
4.2.4	Analisis <i>Cover</i> Buku	106
4.2.5	Analisis <i>Beta Test</i>	107
4.2.6	Analisis Media Pendukung	111
4.3	Budgeting	124
4.3.1	<i>Budgeting</i> Buku.....	124
4.3.2	<i>Budgeting</i> Media Promosi	126
4.3.3	Harga Jual Buku.....	127
BAB V	PENUTUP	128
5.1	Simpulan	128
5.2	Saran	129
DAFTAR PUSTAKA	xiii
LAMPIRAN	xvii



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Umur dan Pekerjaan.....	45
Tabel 3.2 Status dan Pendapatan.....	45
Tabel 3.3 Lama Tidur dan Kesulitan Tidur.....	46
Tabel 3.4 <i>SWOT</i> Buku Ayo Bangun	51
Tabel 3.5 <i>SWOT</i> Buku Sleep Healing	52
Tabel 3.6 <i>SWOT</i> Insomnia dan Buku Gangguan Tidur Lainnya	54
Tabel 4.1 Alur Konten Buku.....	66
Tabel 4.2 Caption Feed Instagram	90
Tabel 4.3 Pertanyaan Umum Regulasi Jam Tidur (<i>Beta Test</i>).....	108
Tabel 4.4 <i>Layout</i> dan Desain (<i>Beta Test</i>).....	109
Tabel 4.5 Biaya Desain Buku.....	124
Tabel 4.6 Biaya Produksi Buku	124
Tabel 4.7 Biaya Produksi <i>Gimmick</i>	125
Tabel 4.8 Biaya Media Cetak.....	126
Tabel 4.9 Biaya Media <i>Digital</i>	126
Tabel 4.10 Biaya Produksi <i>Merchandise</i>	126
Tabel 4.11 Harga Jual Buku.....	127
Tabel 4.12 Harga Jual <i>Merchandise</i>	127



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Garis	6
Gambar 2.2 Bentuk	7
Gambar 2.3 <i>Figure and Ground</i>	7
Gambar 2.4 Warna CMYK	8
Gambar 2.5 <i>Blue Color</i>	9
Gambar 2.6 <i>Green Color</i>	10
Gambar 2.7 <i>Purple Color</i>	10
Gambar 2.8 <i>Soft Pink Color</i>	11
Gambar 2.8 <i>Yellow Color</i>	11
Gambar 2.9 <i>Texture</i>	12
Gambar 2.10 <i>Folding Styles</i>	12
Gambar 2.11 <i>Balance</i>	13
Gambar 2.12 <i>Visual Hierarchy</i>	13
Gambar 2.13 <i>Rhythm</i>	14
Gambar 2.14 <i>Grid</i>	19
Gambar 2.15 <i>One Columns</i>	20
Gambar 2.16 <i>Two Columns</i>	21
Gambar 2.17 <i>Three Columns</i>	21
Gambar 2.18 <i>Modules Grid</i>	22
Gambar 2.19 <i>Illustration</i>	23
Gambar 2.19 <i>Editorial Illustration</i>	23
Gambar 2.20 <i>Book Publishing</i>	24
Gambar 2.21 <i>Fashion Illustration</i>	24
Gambar 2.22 <i>Advertising Illustration</i>	25
Gambar 2.23 <i>Music Industry Illustration</i>	25
Gambar 2.24 <i>Studio Collaboration Illustration</i>	26
Gambar 2.25 <i>Self-Initiated Illustration</i>	26
Gambar 2.26 <i>Vector</i>	27
Gambar 2.27 <i>Digital Painting</i>	27
Gambar 2.28 <i>Surrealism</i>	28
Gambar 2.29 <i>Realism</i>	28
Gambar 2.30 Anatomi Buku	31
Gambar 2.31 Komponen Buku	32
Gambar 3.1 <i>Screenshot Wawancara</i>	48
Gambar 3.2 <i>Screenshot Focus Group Discussion</i>	50
Gambar 3.3 Buku <i>Ayo Bangun</i>	50
Gambar 3.4 Buku <i>Sleep Healing</i>	52
Gambar 3.5 Buku <i>Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya</i>	53

Gambar 3.6 Buku <i>The Magic of Sleep</i>	55
Gambar 3.7 Buku <i>A Little Book of Self Care Sleep</i>	56
Gambar 3.8 Buku <i>Go To Sleep, Little Farm</i>	57
Gambar 4.1 <i>Mindmap</i>	59
Gambar 4.2 <i>Moodboard</i>	62
Gambar 4.3 <i>Color Pallete</i>	64
Gambar 4.4 <i>Headline Text Alternatif</i>	64
Gambar 4.5 <i>Body Text Alternatif</i>	64
Gambar 4.6 <i>This Is Agni</i>	65
Gambar 4.7 <i>Effra Trial</i>	65
Gambar 4.8 Kateren Buku	68
Gambar 4.9 Sketsa Halaman Buku	69
Gambar 4.10 Referensi Ilustrasi	70
Gambar 4.11 Referensi Asli Karakter Burung Hantu	71
Gambar 4.12 Referensi <i>Art Style</i> Karakter Burung Hantu	71
Gambar 4.13 Proses Ilustrasi Karakter Burung Hantu	72
Gambar 4.14 Referensi Asli Karakter Manusia	72
Gambar 4.15 Referensi <i>Art Style</i> Karakter Manusia	73
Gambar 4.16 Proses Ilustrasi Karakter Manusia	73
Gambar 4.17 Hasil Akhir Desain Karakter Burung Hantu dan Manusia	74
Gambar 4.18 Referensi Visual Desain Kertas	74
Gambar 4.19 Hasil Akhir Desain Kertas	75
Gambar 4.20 Referensi Visual Desain Buku	75
Gambar 4.21 Hasil Akhir Visual Desain Buku	76
Gambar 4.22 <i>Single-Column Grid</i>	76
Gambar 4.23 Penerapan <i>Single-Column Grid</i>	77
Gambar 4.24 <i>Two-Column Grid</i>	78
Gambar 4.25 Penerapan <i>Two-Column Grid</i>	78
Gambar 4.26 Judul Buku	79
Gambar 4.27 3 Opsi <i>Cover</i>	80
Gambar 4.28 2 Opsi <i>Cover</i>	80
Gambar 4.29 Proses Ilustrasi <i>Cover</i> Awal	81
Gambar 4.30 Proses Ilustrasi Desain <i>Cover</i> Buku	81
Gambar 4.31 Hasil Akhir Desain <i>Cover</i> Buku	82
Gambar 4.32 Proses Desain Poster A3	83
Gambar 4.33 <i>Grid</i> Desain Poster	83
Gambar 4.34 Hasil Akhir Desain Poster A3	84
Gambar 4.35 Proses Desain <i>Banner</i>	84
Gambar 4.36 <i>Grid</i> Desain <i>Banner</i>	85
Gambar 4.37 Hasil Desain <i>Banner</i>	85

Gambar 4.38 Proses Desain <i>Web Banner</i> Gramedia	86
Gambar 4.39 <i>Grid</i> Desain <i>Web Banner</i> Gramedia.....	86
Gambar 4.40 Hasil Akhir Desain <i>Web Banner</i> Gramedia	87
Gambar 4.41 Proses Desain <i>Web Banner</i> Shopee	87
Gambar 4.42 <i>Grid</i> Desain <i>Web Banner</i> Shopee.....	87
Gambar 4.43 Hasil Akhir Desain <i>Web Banner</i> Shopee	88
Gambar 4.44 Proses Desain <i>Feed</i> Instagram	88
Gambar 4.45 <i>Grid</i> Desain <i>Feed</i> Instagram	89
Gambar 4.46 Hasil Akhir <i>Feed</i> Instagram	89
Gambar 4.47 Proses Desain <i>Stories</i> Instagram	90
Gambar 4.48 <i>Grid</i> Desain <i>Stories</i> Instagram	91
Gambar 4.49 Hasil Akhir <i>Stories</i> Instagram	92
Gambar 4.50 Proses Desain Bantal.....	93
Gambar 4.51 Hasil Akhir Desain Bantal.....	93
Gambar 4.52 Proses Desain Selimut.....	94
Gambar 4.53 Hasil Akhir Desain Selimut	94
Gambar 4.54 Proses Desain Penutup Mata	95
Gambar 4.55 Hasil Akhir Desain Penutup Mata 1.....	95
Gambar 4.56 Hasil Akhir Penutup Mata 2.....	95
Gambar 4.57 Proses Desain Stiker.....	96
Gambar 4.58 Hasil Akhir Desain Stiker	96
Gambar 4.59 Proses Desain Lilin Aromaterapi <i>Cozy Night</i>	96
Gambar 4.60 Proses Desain Lilin Aromaterapi <i>Sweet Dream</i>	97
Gambar 4.61 Proses Desain Lilin Aromaterapi <i>Dear Lullaby</i>	97
Gambar 4.62 Hasil Akhir Lilin Aromaterapi <i>Cozy Night</i>	97
Gambar 4.63 Hasil Akhir Lilin Aromaterapi <i>Sweet Dream</i>	98
Gambar 4.64 Hasil Akhir Desain Lilin Aromaterapi <i>Dear Lullaby</i>	98
Gambar 4.65 Proses Desain Pembatas Buku	99
Gambar 4.66 Hasil Akhir Desain Pembatas Buku	99
Gambar 4.67 Proses Desain Kartu Ucapan	100
Gambar 4.68 Hasil Akhir Desain Kartu Ucapan.....	100
Gambar 4.69 Tampilan Pembatas Tiap Bab	101
Gambar 4.70 Tampilan Bahasa.....	102
Gambar 4.71 Tampilan Warna <i>Lavender</i>	102
Gambar 4.72 Tampilan Warna <i>Soft Yellow</i>	103
Gambar 4.73 Tampilan Warna Biru.....	103
Gambar 4.74 Tampilan Warna Hijau dan <i>Light Gray</i>	104
Gambar 4.75 Tampilan Warna <i>Soft Peach</i>	104
Gambar 4.76 Tampilan Keseluruhan Buku.....	105
Gambar 4.77 <i>Layout</i> Buku Halaman 32-33	105

Gambar 4.78 Alur <i>Layout</i> Buku Halaman 32-33	106
Gambar 4.79 <i>Mockup Cover</i> Buku	107
Gambar 4.80 Revisi <i>Beta Test</i>	110
Gambar 4.81 <i>Mockup Poster</i>	111
Gambar 4.82 <i>Mockup Banner</i>	112
Gambar 4.83 <i>Mockup Web Banner</i> Gramedia	113
Gambar 4.84 <i>Mockup Web Banner</i> Shopee	113
Gambar 4.85 <i>Mockup Instagram Feed</i> 1	114
Gambar 4.86 <i>Mockup Instagram Feed</i> 2	115
Gambar 4.87 <i>Mockup Instagram Feed</i> 3	115
Gambar 4.88 <i>Mockup Instagram Feeds</i>	116
Gambar 4.89 <i>Mockup Instagram Stories</i> 1	117
Gambar 4.90 <i>Mockup Instagram Stories</i> 2	117
Gambar 4.91 <i>Mockup Bantal</i>	118
Gambar 4.92 <i>Mockup Selimut</i>	119
Gambar 4.93 <i>Mockup Penutup Mata</i>	119
Gambar 4.94 <i>Mockup Stiker</i>	120
Gambar 4.95 <i>Mockup Lilin Aromaterapi Cozy Night</i>	121
Gambar 4.96 <i>Mockup Lilin Aromaterapi Sweet Dream</i>	121
Gambar 4.97 <i>Mockup Lilin Aromaterapi Dear Lullaby</i>	122
Gambar 4.98 <i>Mockup Pembatas Buku</i>	123
Gambar 4.99 <i>Mockup Kartu Ucapan</i>	123



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A <i>BAP</i> Bimbingan	xviii
Lampiran B Surat Ijin Wawancara.....	xix
Lampiran C Hasil Kuesioner Data Responden	xx
Lampiran D Hasil Kuesioner Data Responden	xxi
Lampiran E Hasil Kuesioner Data Responden.....	xxii
Lampiran F Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden	xxiii
Lampiran G Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden	xxiv
Lampiran H Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden	xxv
Lampiran I Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden.....	xxvi
Lampiran J Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden.....	xxvii
Lampiran K Hasil Kuesioner Kegiatan Tidur Responden	xxviii
Lampiran L Hasil Kuesioner Data Responden <i>Beta Test</i>	xxix
Lampiran M Hasil Kuesioner Regulasi Jam Tidur	xxx
Lampiran N Hasil Kuesioner <i>Layout</i> dan Desain	xxxii
Lampiran O Hasil Kuesioner <i>Layout</i> dan Desain	xxxiii
Lampiran P Hasil Kuesioner <i>Layout</i> dan Desain	xxxiii
Lampiran Q Bimbingan Spesialis	xxxiv
Lampiran R Transkrip Wawancara	xxxv
Lampiran S Transkrip <i>Focus Group Discussion</i>	xxxix
Lampiran T Hasil Turnitin	xlvii

