

## BAB III

### METODOLOGI PERANCANGAN

#### 3.1 Subjek Perancangan

Berikut merupakan subjek perancangan pada buku panduan untuk menjaga kesehatan mental pada gen Z dalam mengelola pekerjaan *gig money*:

- 1) Demografis
  - a. Jenis Kelamin: Pria dan Wanita
  - b. Usia: 19 – 27 tahun Generasi Z

Generasi Z, menurut Dimock (2019), didefinisikan sebagai kelompok yang lahir setelah tahun 1996. Dimock menyatakan bahwa tahun 1996 menjadi titik pemisah dari generasi sebelumnya yaitu generasi millennial dikarenakan berbagai factor sosial dan budaya yang berbeda. Perbedaan tersebut terlihat dari perkembangan teknologi seperti smartphone dan dampaknya terhadap komunikasi dan gaya hidup. Generasi Z dikenal dengan keterhubungan mereka yang tinggi dengan teknologi, serta pengalaman hidup yang dibentuk oleh internet, media sosial, dan informasi instan.

- c. Pendidikan: SMA, D1, S1
    - d. SES: A-B

Kotler (2016) menjelaskan SES A dan B sebagai bagian dari klasifikasi sosial-ekonomi untuk memahami perilaku konsumen dalam konteks pemasaran. SES A terdiri dari individu dengan status ekonomi tertinggi yang terdiri dari pemilik bisnis dan profesional berpenghasilan tinggi. SES B mewakili kelompok kelas menengah ke atas yang juga memiliki pendapatan yang cukup tinggi dan akses

terhadap Pendidikan yang baik, namun memiliki kekayaan dan pengaruh yang sedikit lebih rendah dibandingkan SES A.

## 2) Geografis

### Area Tangerang

Generasi Z, yang lahir antara tahun 1997 dan 2012, kini menjadi kelompok usia terbesar di Indonesia. Pada tahun 2024, dengan rentang usia 12 hingga 27 tahun, mereka tengah berada pada tahap perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan. Menurut sensus penduduk 2020 menunjukkan bahwa Generasi Z mencakup sekitar 26,97% dari total penduduk Indonesia yang berdomisili di Tangerang dan akan terus tumbuh berkembang dalam beberapa tahun kedepan.

## 3) Psikografis

- a. Generasi Z yang proaktif dalam menjaga kesehatan mental di tengah pekerjaan Gig.
- b. Generasi Z yang mengalami tekanan finansial dari pekerjaan *gig* dan merasakan dampaknya pada kesehatan mental.
- c. Generasi Z yang tertarik pada *self-care* dan kesejahteraan hidup mereka.

## 3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Metode perancangan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tahapan desain yang dijelaskan oleh Robin Landa dalam bukunya yang berjudul “Graphic Design Solutions: 6th Edition”. Menurut Landa proses desain grafis terdiri dari 5 fase utama: *Research*, *Analysis*, *Concepts*, *Design*, dan *Implementation*. Proses ini memberikan kerangka kerja yang sistematis dan terstruktur untuk menghasilkan solusi desain yang efektif dan sesuai dengan tujuan (2019, h.68).

### 3.2.1 *Research*

Pada tahap *Research*, penulis akan melakukan pengumpulan data melalui wawancara mendalam, wawancara berkelompok dan kuesioner. Pengumpulan data melalui kuesioner diambil untuk mengidentifikasi jumlah target yang bekerja di bidang *gig money* dan memahami kebutuhan audiens yang mengalami gangguan kesehatan mental dalam mengelola pekerjaan. Wawancara dilakukan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai masalah kesehatan mental yang relevan dengan audiens, serta mendapatkan bantuan untuk memvalidasi konten dan pendekatan yang direncanakan dalam perancangan buku. Wawancara berkelompok dilakukan untuk memperoleh pemahaman mendalam dari perspektif kelompok mengenai topik kesehatan mental gen Z dalam mengelola pekerjaan *gig money*. Penulis melakukan studi Pustaka, studi referensi, dan studi eksisting untuk memperluas perspektif, dengan melakukan riset terkait permasalahan, melakukan studi mengenai perancangan buku panduan yang akan dijadikan referensi dalam perancangan karya dan melakukan studi perbandingan untuk memperoleh perbandingan dan pendapat tambahan mengenai topik yang dibahas. Tahap ini bertujuan untuk memberikan fondasi yang kokoh sebelum melanjutkan ke fase-fase berikutnya dalam proses desain, dengan memastikan bahwa peneliti memiliki pemahaman yang mendalam mengenai audiens dan masalah desain yang perlu dipecahkan (h.68-72).

### 3.2.2 *Analysis*

Pada tahap *Analysis*, penulis akan melakukan analisa semua informasi, data dan referensi yang ada untuk dipahami, dinilai, dan merencanakan penyusunan. Dalam tahap analisa, penulis mengidentifikasi berbagai aspek dari tantangan yang dihadapi oleh Gen Z dalam pekerjaan Gig, mendefinisikan penjelasan stress yang umum terjadi, Penulis juga melakukan organisir informasi dari studi pustaka, data wawancara dan kuesioner. Tahapan ini membantu penulis untuk memahami secara mendalam masalah yang dihadapi audiens, dan menarik kesimpulan yang akan menentukan strategi

dalam perancangan buku panduan yang efektif dan memenuhi kebutuhan serta harapan audiens (h.72-74).

### **3.2.3 Concepts**

Pada tahap *Concepts*, penulis melakukan langkah awal setelah mengembangkan ide dan solusi berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan. Melakukan mindmapping untuk mengidentifikasi *big idea* dan konsep terkait gangguan Kesehatan mental bagi Generasi Z dalam mengelola *gig money*. Menentukan konsep dengan melibatkan pembuatan *big idea*, penentuan *keyword*, *moodboard*, *reference board* yang menggambarkan arah desain yang akan diambil. Penulis juga mempertimbangkan berbagai elemen desain seperti layout, warna, tipografi dan elemen visual untuk menentukan bagaimana cara menyampaikan pesan dengan efektif. Setelah pemilihan konsep telah dikembangkan, penulis akan mengevaluasi dengan membentuk sebuah struktur isi konten yang akan diberikan didalam sebuah buku panduan supaya memenuhi kebutuhan perancangan buku panduan dan audiens target dengan tujuan untuk mendapatkan ide desain yang sesuai (h.74-76).

### **3.2.4 Design**

Pada tahap *Design*, penulis menangkap bahwa proses desain bersifat fleksibel dan tidak selalu linear. Penulis akan memulai dengan merancang sebuah sketsa atau kolase visual dari pengembangan ide dan konsep yang telah dibuat. Penulis menggunakan panduan dari sketsa untuk menentukan tata letak, warna, tipografi yang dirancang sesuai dengan hasil analisis dan konsep yang mudah dipahami oleh pembaca Generasi Z. Selanjutnya, membuat prototipe buku yang berisikan beberapa halaman sampel atau bab awal yang menggambarkan struktur keseluruhan buku, menggambarkan ilustrasi yang akan digunakan pada beberapa materi dalam buku dan penggunaan font dalam teks yang mudah dibaca dan sesuai dengan konsep yang telah diciptakan. Prototipe ini kemudian diuji kepada target audiens, yaitu kelompok kecil Gen Z atau secara internal untuk mengumpulkan umpan balik mengenai efektivitas desain dan konten. Setelah menerima

masukan, penulis melakukan penyempurnaan pada desain berdasarkan hasil pengujian, seperti perubahan tata letak, penambahan ilustrasi atau penyesuaian tipografi. Tahap ini memberikan tujuan pembuatan buku panduan yang tidak hanya informatif, tetapi juga relevan, menarik dan mudah di akses oleh Generasi Z yang terlibat dalam pekerjaan *gig money* (h.76-78).

### **3.2.5 Implementation**

Pada tahap *Implementation*, penulis akan mengembangkan konsep desain untuk diwujudkan secara nyata. Dalam pembuatan buku panduan menjaga Kesehatan mental Gen Z dalam mengelola pekerjaan *gig money*, penulis akan memastikan bahwa desain akhir telah siap diproduksi seperti memastikan semua elemen visual sudah tepat dan konsisten. Penulis juga memperhatikan proses produksi yang melibatkan pengaturan format file, persiapan dokumen untuk dicetak atau didistribusikan. Melakukan *beta testing* dalam tahap implementasi juga diperlukan dengan upaya memenuhi standar yang diinginkan agar mempermudah saat mengevaluasi kemudahan penggunaan, relevansi dan efektifitas. Tahap ini berguna untuk memastikan bahwa setiap detail desain dieksekusi dengan sempurna dan hasil akhir dapat diakses dan digunakan dengan mudah oleh target audiens (h.78 -79).

### **3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan**

Prosedur perancangan dimulai dengan pengumpulan data sekunder untuk mendapatkan pemahaman awal tentang topik yang diteliti. *Gig money* merupakan sistem pasar bebas di mana organisasi berkontrak dengan pekerja independen untuk proyek jangka pendek atau layanan yang disepakati. Menurut Friedman (2014), di banyak negara platform *gig* sering digunakan sebagai pekerjaan sementara sebelum mendapatkan pekerjaan tetap. Menurut Creswell (2018) data sekunder adalah informasi yang dikumpulkan oleh peneliti lain dan mencakup buku, artikel dan laporan yang relevan. Setelah itu penulis melanjutkan dengan mengumpulkan data primer untuk mendapatkan informasi yang lebih spesifik dan mendalam. Metode ini meliputi wawancara dengan Gen Z dan psikolog, serta menyebarkan kuesioner untuk mengumpulkan data kuantitatif tentang pengalaman dan kebutuhan mereka.

Data primer yang dikumpulkan berupa hasil wawancara kepada psikolog, wawancara kepada desainer buku, wawancara kepada psikolog yang pernah menciptakan buku, kuesioner kepada target audiens, dan FGD yang berisikan Generasi Z yang bekerja di bidang *gig money*. Sementara data sekunder meliputi studi literatur, studi referensi, statistik dari lembaga pemerintah dan artikel daring yang memberikan wawasan tambahan.

### **3.3.1 Wawancara**

Menurut Creswell (2018) wawancara didefinisikan sebagai proses di mana penulis mengajukan pertanyaan secara langsung kepada audiens, baik melalui pertemuan tatap muka, melalui telepon, atau menggunakan media komunikasi lainnya seperti *video call*. Wawancara memungkinkan penulis untuk memahami pengalaman, sudut pandang, atau persepsi partisipan secara mendalam, sehingga sangat berguna dalam penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengungkap makna dari fenomena yang diteliti (h.190). Adapun fungsi dari melakukan wawancara ini terkait dengan topik ‘perancangan buku panduan menjaga kesehatan gen Z dalam mengelola pekerjaan *gig money*’ adalah penulis mendapatkan pemahaman mendalam tentang pengalaman, pandangan dan persepsi psikolog, desainer buku, dan psikolog yang menciptakan buku dengan tema kesehatan mental, penulis juga dapat memperoleh informasi secara langsung dan kontekstual dengan guna mendapatkan klarifikasi untuk mendapatkan konteks yang lebih mendalam. Topik ini diperkuat dengan melakukan wawancara kepada psikolog terkait kondisi kesehatan mental Gen Z dan cara menanganinya, penulis juga akan melakukan wawancara dengan desainer yang menciptakan buku cetak yang berjudul ‘Terra Incognita’ dengan tujuan mendapatkan panduan dalam mendesain sebuah buku cetak, dan melakukan wawancara dengan psikolog yang menciptakan buku dengan mengangkat tema terkait kesehatan mental.

#### **1. Wawancara dengan Psikolog**

Wawancara dengan psikolog dilakukan dengan psikolog Ayu Shinta Sadewo dengan tujuan untuk memiliki pemahaman mendalam

tentang kesehatan mental, terutama terkait dengan stress, kecemasan dan tantangan yang dialami generasi muda seperti gen Z. memastikan akurasi dari informasi juga dilakukan dalam wawancara ini agar informasi yang disajikan dalam buku panduan tersebut sesuai dengan fakta ilmiah dan praktik yang sudah teruji dalam penanganan kesehatan mental.

Sebelum melakukan wawancara, penulis merancang rangkaian pertanyaan dengan memperhatikan poin-poin penting menurut Creswell (2018) yaitu dengan memberikan pertanyaan terbuka, relevansi dengan fokus penelitian, menggunakan bahasa yang tepat, dan urutan dari pertanyaan yang umum kemudian beralih ke pertanyaan lebih spesifik. Adapun rincian instrument pertanyaannya adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana Anda melihat tantangan kesehatan mental yang paling umum dialami oleh Generasi Z saat ini?
- b. Apa yang membedakan cara Generasi Z menangani stres atau tekanan dibandingkan dengan generasi lain?
- c. Apakah ketidakstabilan finansial dari pekerjaan gig itu memicu/mempengaruhi Kesehatan mental seseorang?
- d. Apa saja tanda-tanda awal yang menunjukkan bahwa seseorang dalam bekerja mengalami burnout atau kelelahan mental?
- e. Bagaimana cara terbaik untuk mengelola ekspektasi yang sering berubah dalam pekerjaan gig tanpa mengorbankan kesehatan mental?
- f. Seberapa penting membangun rutinitas harian yang sehat bagi pekerja gig? Apa saja kebiasaan yang bisa mereka terapkan untuk menjaga keseimbangan kerja-hidup?
- g. Bagaimana seseorang dapat mengenali batasan diri mereka ketika bekerja di sektor yang tidak memiliki struktur kerja yang jelas seperti pekerjaan gig?

- h. Apakah kurangnya struktur kerja dapat berdampak negatif pada pola tidur dan kesehatan mental pekerja gig? Bagaimana mereka dapat mengatasinya?
- i. Bagaimana pekerja gig bisa tetap termotivasi dan menemukan makna dalam pekerjaan yang sering kali sementara dan tidak menentu?
- j. Bagaimana pekerja gig dapat mengatasi perasaan cemas yang mungkin muncul dari ketidakpastian penghasilan atau proyek yang tidak konsisten?
- k. Seberapa penting peran dukungan sosial dalam menjaga kesehatan mental pekerja gig, yang sering kali bekerja secara independen dan mungkin terisolasi?
- l. Apakah pekerjaan gig berisiko merusak hubungan pribadi seseorang? Jika ya, bagaimana mereka bisa menjaga hubungan yang sehat sambil tetap fokus pada pekerjaan?
- m. Bagaimana pekerjaan gig dapat memengaruhi perasaan pencapaian tujuan hidup dan bagaimana seseorang dapat mengelola atau meningkatkan perasaan tersebut?
- n. Apa saran praktis yang dapat Anda berikan untuk Generasi Z dalam menjaga keseimbangan antara pekerjaan gig dan kesehatan mental?
- o. Apa saran Anda bagi generasi muda yang terjun ke pekerjaan gig agar tetap sehat secara mental dan emosional?
- p. Bagaimana elemen desain visual, seperti warna dan tipografi layout, dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang?

Paragraf dimulai selalu dengan 8 ketukan (konsisten dengan awal paragraf sebelumnya). Jelaskan identitas dan peran informan yang diwawancarai. Kemudian, informasikan hasil wawancara dengan B.

## 2. Wawancara dengan Desainer Buku

Wawancara ini dilakukan Bersama *Design Researcher* di Pot Branding Agency Bernama Aulia Akbar pada tanggal 28 September 2024 pada jam 15:15 WIB. Aulia Akbar menciptakan buku yang berjudul 'Terra Incognita'. Wawancara ini dilakukan dengan tujuan mendapatkan wawasan dari perspektif praktisi yang berpengalaman dalam menciptakan dan merancang buku. Tujuan dari wawancara ini juga guna untuk memahami bagaimana seorang desainer dapat menerjemahkan konsep konten visual menarik dan tetap dapat dimengerti oleh audiens. Menggali lebih dalam tentang pemilihan elemen desain, tantangan dalam pembuatan buku dan bagaimana keputusan desain dapat mempengaruhi isi dan pesan di dalam buku. Adapun rincian instrument pertanyaannya menurut Creswell (2018) adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana Anda menentukan desain sampul buku yang mampu merepresentasikan keseluruhan isi buku secara efektif?
- b. Apa saja kelebihan dan tantangan yang Anda hadapi dalam menyusun konteks buku ini?
- c. Bagaimana proses design thinking diterapkan dalam pembuatan buku ini?
- d. Sejauh mana perkembangan zaman dan tren memengaruhi keputusan desain Anda?
- e. Bagaimana Anda mengatasi tantangan creative block saat proses desain?
- f. Seberapa besar pengaruh pemilihan material terhadap kualitas buku cetak?
- g. Bagaimana Anda menentukan skala buku yang sesuai dengan konten yang telah Anda susun?
- h. Apakah retorika visual memegang peranan penting dalam mendesain buku, dan bagaimana Anda menerapkannya?

- i. Bagaimana Anda menyeimbangkan estetika desain dengan fungsionalitas buku agar tetap nyaman dibaca dan dipahami oleh audiens?

### 3.3.2 Wawancara Berkelompok

Penulis melakukan wawancara berkelompok bersama lima target perancangan yaitu Generasi Z yang berusia diantara 19-27 tahun yang bekerja di bidang *gig money*, dilakukan secara online pada tanggal 29 September 2024 dan dimulai pada pukul 15:00 WIB dengan 1 peserta wanita berinisial J dan 4 peserta pria dengan inisial A, H, Y dan D. Tujuan dari pembuatan wawancara berkelompok ini adalah untuk menyusun buku panduan yang lebih relevan dan solutif dengan memastikan isi panduan benar-benar berdasarkan kebutuhan nyata gen Z. Indikator pertanyaan diambil dari teori Creswell (2014) adalah sebagai berikut:

- a. Bisa ceritakan sedikit tentang diri kamu dan pekerjaan *gig money* yang kamu lakukan saat ini?
- b. Sudah berapa lama bekerja di bidang ini?
- c. Apa saja tantangan terbesar yang kalian hadapi dalam menjalankan pekerjaan ini?
- d. Fleksibilitias adalah salah satu daya Tarik utama *gig money*. Namun apakah fleksibilitas ini juga membawa tekanan sendiri, seperti kesulitan dalam mengatur waktu atau merasa tidak aman secara finansial?
- e. Apakah kalian sering merasa stress atau kelelahan akibat pekerjaan ini? Dan jika iya jelaskan situasi yang paling sering memicu stress?
- f. Apakah kalian merasa perlu informasi lebih lanjut tentang cara menjaga kesehatan mental saat bekerja di bidang *gig money*?
- g. Jika ada buku panduan tentang menjaga kesehatan mental untuk pekerja *gig money*, topik apa saja yang ingin kamu lihat di dalamnya?

- h. Fitur dan format apa saja yang menurut kalian akan membuat buku panduan tersebut menarik dan mudah dipahami?
- i. Menurut kalian bagaimana cara yang paling efektif untuk mendistribusikan buku panduan ini kepada para Generasi Z yang bekerja di bidang *gig money*?

### 3.3.3 Kuesioner

Kuesioner adalah alat pengumpulan data berupa serangkaian pertanyaan tertulis yang disebarakan kepada responden untuk mengumpulkan informasi terkait topik penelitian. Penulis menggunakan teknik kuesioner berjenis *cross-sectional*, teknik ini adalah teknik kuesioner yang dilakukan satu kali untuk mendapatkan gambaran pada satu titik waktu tertentu (Creswell, 2018). Teknik kuesioner ini ditujukan kepada masyarakat Tangerang sebanyak 50 orang, difokuskan kepada responden berusia 19-27 tahun untuk mengumpulkan data mengenai seberapa besar dampak pekerjaan *gig money* dapat mempengaruhi kesehatan mental Generasi Z dan apakah buku panduan dapat membantu mereka dalam mengatasi permasalahan tersebut. Agar perancangan buku ini dapat diciptakan sesuai kebutuhan Generasi Z. Penentuan jumlah responden yang disasar didasarkan pada kebutuhan pengadaan kuesioner sebagai sumber sekunder. Untuk mengukur pandangan para responden, penulis menggunakan skala likert. Skala ini memungkinkan penulis untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2018, h.152).

Berikut adalah penjelasan mengenai skala likert dengan 5 poin (Sugiyono, 2018, h.152):

Untuk presentase dimulai dari 0%-100%

0%-19,9%= Sangat Tidak Setuju/Relevan (STS/STR)

20%-39,9%= Tidak Setuju/Relevan (TS/TR)

40% - 59,99%= Netral (N)

60% - 79,99%= Setuju/Relevan (S/R)

80% - 100%= Sangat Setuju/Relevan (SS/SR)

Untuk mendapatkan hasil interval diatas, penulis menggunakan rumus seperti:

$$I = \frac{100}{\text{Jumlah Skor}} = \frac{100}{5} = 20$$

Kemudian range skor akan mendapatkan interval yang dimulai dari 20% dari 0-100. Selanjutnya rumus guna mengetahui skor per likert adalah:

Keterangan:

**T** = Jumlah Responden

**Pn** = Penggunaan angka skor likert

- **Skor Indikator** =  $T \times Pn$
- **Total Skor per likert** =  
 $(T1 \times Pn1) + (T2 \times Pn2) + (T3 \times Pn3) + (T4 \times Pn4) + (T5 \times Pn5)$

Untuk menentukan interval yang sesuai dengan indikator, skor likert akan masuk pada rumus presentase indeks. Berikut rumus presentase indeks:

Keterangan:

**Y** = Skor tertinggi likert x jumlah responden

$$= 5 \times 51 = 255$$

- **Index**<sup>0%</sup> =  $\frac{\text{Total Skor}}{y} \times 100$

Rumus diatas akan memberikan hasil presentase seberapa banyak responden yang mencondong ke sangat setuju/relevan terkait topik yang dibahas akan di simpulkan dalam bentuk tabel.

Menurut Instrumen pertanyaan kuesioner diambil dari teori Creswell (2018) adalah sebagai berikut:

1. **Pengetahuan mengenai *gig money* dan dampak terhadap kesehatan mental**
  - a. Seberapa familiar Anda dengan istilah “*gig money*” sebagai bentuk pekerjaan paruh waktu atau proyek jangka pendek? (Tidak Familiar – Sangat Familiar)

- b. Bagaimana Anda pertama kali mengetahui tentang pekerjaan *gig money*? (Media Sosial, Teman/Relasi, Pekerjaan Sebelumnya, Internet, lainnya...)
- c. Mengapa Anda memilih untuk bekerja dalam sistem *gig money*? (Fleksibilitas waktu, Penghasilan tambahan, Minat di bidang tertentu, dan Kurangnya kesempatan pekerjaan konvensional, Lainnya...)
- d. Seberapa sering Anda bekerja dalam pekerjaan *gig money*? (Setiap hari (Senin-Jumat), 4 kali dalam seminggu, 2-3 kali dalam seminggu, Jarang, Lainnya...)
- e. Seberapa relevan Anda merasa *gig money* sebagai pilihan karir untuk Generasi Z? (Tidak Relevan-Sangat Relevan)
- f. Seberapa berpengaruh pekerjaan *gig money* terhadap work-life balance? (Tidak Berpengaruh-Sangat Berpengaruh)
- g. Seberapa sering Anda merasa lelah, stres dan overwork akibat jadwal kerja yang tidak menentu dalam bidang pekerjaan *gig money*? (Tidak Pernah-Sangat Sering)
- h. Seberapa besar Anda merasa bahwa bekerja dalam sektor *gig money* dapat menimbulkan tekanan mental atau emosional? (Tidak Berdampak-Sangat berdampak)
- i. Seberapa sering Anda merasa kesulitan untuk membatasi waktu kerja dan waktu pribadi ketika terlibat dalam *gig money*? (Tidak Pernah-Sangat Sering)
- j. Seberapa pentingnya dukungan kesehatan mental bagi para pekerja di sektor *gig money*? (Tidak Penting-Sangat Penting)
- k. Apa dampak yang Anda rasakan dari pekerjaan *gig money* terhadap kesehatan mental? (Meningkatkan kecemasan, Menyebabkan depresi ringan, Mengganggu tidur dan istirahat, Tidak ada dampak yang signifikan, Lainnya...)

## **2. Media yang digunakan**

- a. Seberapa familiar Anda dengan buku panduan kesehatan mental sebagai media edukasi? (Tidak Familiar-Sangat Familiar)
- b. Seberapa sering Anda menggunakan buku sebagai panduan dan informasi mengenai kesehatan mental? (Tidak Pernah-Sangat Sering)
- c. Buku panduan seperti apa yang menurut Anda lebih mudah dipahami dalam topik kesehatan mental? (Buku berbasis teks, Buku dengan infografik dan visualisasi, Buku dengan ilustrasi, Buku dengan panduan langkah demi langkah)
- d. Seberapa penting menurut Anda visual desain dalam buku panduan? (Tidak Penting-Sangat Penting)

## **3. Pengetahuan dan persepsi buku referensi**

- a. Seberapa familiar Anda dengan buku 'The Things You Can See Only When You Slow Down' karya Haemin Sunim? (Tidak Familiar-Sangat Familiar)
- b. Apa kesan pertama Anda tentang tema utama buku ini? (Tidak Relevan-Sangat Relevan)
- c. Seberapa besar buku ini membantu Anda memahami pentingnya mindfulness? (Tidak Membantu-Sangat Membantu)
- d. Apakah Anda merasa bahwa ilustrasi dan desain buku ini meningkatkan pengalaman membaca Anda? (Ya/Tidak)
- e. Apakah Anda tertarik memperoleh panduan dari cara penyampaian buku diatas? (Tidak Tertarik-Sangat Tertarik)
- f. Apabila buku ini bisa ditingkatkan, apa saran dari Anda terhadap pengembangan buku ini? (pertanyaan terbuka)