

## BAB V

## PENUTUP

### 5.1 Simpulan

Istilah *workaholic* merupakan dorongan untuk bekerja secara berlebihan, berbeda dari *hardworking* yang mampu menjaga batas antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bekerja berlebihan dapat membawa dampak bagi kesehatan maupun mental, mulai dari stres, penyakit jantung, hingga *burnout*. Selainnya, *workaholic* juga dapat mempengaruhi hubungan sosial. *Workaholism* sering dianggap sebagai bentuk dedikasi, diperkuat oleh budaya *modern* yang menilai kerja berlebihan sebagai hal yang wajar. Hal ini tercermin dalam temuan Negura, Plante, dan Namian yang menyoroti bagaimana *workaholism* telah dibiasakan dalam pengalaman sehari-hari. Rendahnya kesadaran masyarakat juga dipengaruhi oleh minimnya media informasi yang mampu menjelaskan fenomena ini secara komprehensif. Di sisi lain, mayoritas masyarakat Indonesia mengakses informasi melalui perangkat seluler, menjadikan media digital sebagai media paling relevan untuk penyebarluasan informasi mengenai kesehatan. Berdasarkan kebutuhan tersebut, perancangan sebuah *mobile website* informasi interaktif dipilih sebagai cara untuk meningkatkan pemahaman mengenai *workaholism* sekaligus membantu individu menjaga produktivitas tanpa mengabaikan kesejahteraan mental mereka.

Pada tahap penelitian, target audiens ditetapkan sebagai pria dan wanita berusia 20 hingga 35 tahun yang berdomisili di DKI Jakarta, kelompok yang cukup dekat dengan budaya kerja urban dan rentan terhadap pola kerja berlebihan. Dari karakteristik tersebut, tiga *tone of voice* untuk mewakili konsep dalam perancangan, yaitu *sincerity*, *flowing*, dan *soothing*, yang diharapkan mampu menghadirkan suasana tenang dan nyaman bagi *user* ketika mempelajari isu *workaholism*. Proses eksplorasi konsep mengarah pada *big idea* “*opening minds to the effect of balanced work through comforting and dynamic approach*”. Untuk mewujudkan konsep

tersebut, penulis merancang sebuah *mobile website* bernama “Healance”, gabungan dari kata *heal* dan *balance*, yang mencerminkan tujuan utama platform ini sebagai sarana pemulihan sekaligus pengingat keseimbangan hidup. Perancangan dilakukan menggunakan metode *Design Thinking* oleh Hasso Plattner yang meliputi tahap *emphasize, define, ideate, prototype, dan test* yang memungkinkan pengembangan perancangan sesuai dengan kebutuhan *user*.

Healance merupakan *mobile website* yang tidak hanya menyajikan informasi mengenai *workaholism*, tetapi juga menghadirkan berbagai fitur interaktif untuk membantu *user* memahami kondisi mereka secara lebih personal. Struktur *website* ini terdiri dari tujuh bagian, yaitu *homepage, about workaholic, what are the signs, workaholic test, persona test, solution, dan about us*. Prototype Healance melalui dua tahap pengujian, yaitu *alpha test* dan *beta test*. Pada *alpha test* yang dilaksanakan dalam acara Prototype Day di Universitas Multimedia Nusantara mendapatkan 40 responden, mayoritas memberikan *feedback* positif. Meskipun demikian, terdapat aspek *UX* yang perlu ditingkatkan, terutama ukuran *range button* yang awalnya terlalu kecil untuk layar *mobile* dan kebutuhan instruksi pada halaman tertentu untuk mengarahkan *user* kepada *step* selanjutnya. Hal ini kemudian menjadi dasar revisi sebelum masuk ke tahap *beta test*. *Beta test* dilakukan melalui sesi *test play* yang melibatkan empat partisipan dari target audiens, diikuti wawancara singkat untuk menggali pengalaman mereka secara lebih mendalam. Seluruh partisipan memberikan *feedback* positif dan dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *prototype* Healance tidak membutuhkan perubahan besar, menunjukkan bahwa desain yang dikembangkan telah mampu memenuhi kebutuhan *user*.

Hasil dari pengujian *Alpha Test* dan *Beta Test* menunjukkan bahwa Healance mampu menyampaikan informasi mengenai *workaholism* dengan jelas dan membantu meningkatkan pemahaman *user* mengenai dampaknya. Dari sisi konten, materi yang disajikan dinilai mudah dipahami dan relevan bagi seluruh kelompok audiens yang dituju. *User* juga memberikan respons positif terhadap keseluruhan tampilan visual serta alur penyajian informasi yang dirancang sesuai

dengan *tone of voice* yang sudah ditentukan. Dalam aspek *UX*, sebagian besar elemen berjalan efektif, meskipun pada tahap *Alpha Test* terdapat beberapa revisi. Setelah perbaikan tersebut diuji ulang, tidak muncul lagi hambatan dan para partisipan menyatakan bahwa *website* dapat digunakan dengan nyaman. Berdasarkan keseluruhan proses ini, dapat disimpulkan bahwa *Healance* berhasil menjawab permasalahan yang diangkat dan berfungsi sesuai tujuan awal perancangan.

## 5.2 Saran

Setelah melalui seluruh proses perancangan, penulis ingin memberikan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan untuk pengembangan penelitian maupun perancangan serupa untuk kedepannya:

### 1. Dosen/ Peneliti

Untuk penelitian dan pengembangan desain di masa depan yang berkaitan dengan kesadaran *workaholic*, penulis berharap perancangan ini dapat menjadi referensi bagi studi serupa yang bertujuan untuk menciptakan media digital yang informatif dan interaktif. Berdasarkan pengalaman penulis selama proses desain dan pengumpulan data, beberapa tantangan dan saran yang dapat bermanfaat bagi peneliti masa depan.

1. Memperluas cakupan audiens di luar Jakarta agar hasil penelitian dapat mewakili demografi yang lebih luas dan mencerminkan pola kerja yang beragam di Indonesia.
2. Menyediakan versi bahasa Indonesia dari *mobile website* untuk meningkatkan aksesibilitas bagi semua *user*, terutama yang kurang memahami istilah-istilah dalam bahasa Inggris.
3. Mengembangkan fitur kuis dengan pertanyaan yang lebih banyak agar lebih akurat dalam mengukur tingkat *workaholic* pada seseorang.
4. Menambahkan fitur forum komunitas yang memungkinkan *user* untuk berbagi pengalaman, keluhan, pertanyaan, dan dapat saling mendukung satu sama lainnya.

5. Penulis menyarankan agar peneliti kedepannya dapat memulai dengan identitas visual yang jelas sebelum membuat perancangan. Fondasi konseptual yang kuat akan membantu memastikan konsistensi di seluruh perancangan yang ingin dibuat.
6. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan pendekatan visual dan *tone* komunikasi yang lebih *cheerful* dan ringan, sehingga pesan kesadaran mengenai *workaholic* tidak terasa terlalu menekan atau depresif, namun tetap reflektif dan informatif.
7. Peneliti selanjutnya disarankan agar struktur konten pada *homepage* dirancang lebih *flowing* dan terintegrasi dalam satu alur cerita yang jelas, dibandingkan terbagi dalam banyak halaman terpisah, sehingga *user* dapat memahami pesan utama secara bertahap dan natural.
8. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan fitur *persona test* dengan menambahkan opsi *share my results*, agar *user* dapat membagikan hasil refleksi mereka secara personal maupun melalui media sosial, sekaligus memperluas jangkauan penyebaran isu kesadaran *workaholic*.
9. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi penggunaan ilustrasi dengan unsur sarkastik atau berbasis *meme* sebagai alternatif visual, sehingga penyampaian pesan menjadi lebih ringan, relevan dengan audiens muda, dan tidak terlalu emosional.
10. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan alternatif media sekunder yang tidak memiliki assosiasi langsung dengan dunia kerja. Penambahan ini bertujuan untuk mengimbangi media yang bersifat fungsional, seperti *lanyard*, agar pengguna yang mengalami kelelahan kerja tidak terus teringat pada aktivitas pekerjaan. Media sekunder tersebut dapat berupa objek atau materi yang bersifat reflektif dan menenangkan, seperti *journaling card*, cermin dengan dekorasi pada bagian *frame*, yang dirancang dengan visual menenangkan dan reflektif, sehingga tidak hanya berfungsi sebagai elemen estetis, tetapi

juga mendukung proses refleksi diri tanpa menimbulkan tekanan atau beban psikologis bagi *user*.

## 2. Universitas

Penulis berharap universitas dapat memperbaiki sistem akademik, terutama dalam pengaturan jadwal dan alur tugas akhir. Jadwal yang lebih terstruktur dapat membantu mahasiswa mengatur waktu dengan baik, sehingga proses perancangan dan penelitian dapat berjalan lebih efektif tanpa tekanan berlebihan. Selain itu, penulis menyarankan agar universitas memiliki standar dan panduan yang sama bagi seluruh dosen pembimbing. Konsistensi informasi dari setiap pembimbing akan menghindari kebingungan bagi mahasiswa.

