

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan analisis masalah yang dibawakan pada perancangan ini yaitu rendahnya kesadaran *gamer mobile* terhadap gangguan *text neck syndrome* akibat durasi bermain dan posisi bermain yang salah. Kurangnya kesadaran mengenai gangguan *text neck syndrome* ini diperparah dengan kurangnya minimnya media informasi yang menarik dalam membahas mengenai pencegahan risiko *text neck syndrome*. jika kondisi tersebut dibiarkan dan tidak ada edukasi yang tepat untuk mencegah hal tersebut, maka akan menimbulkan beberapa dampak kronis yang dapat menyebabkan beberapa gejala seperti nyeri di leher dan punggung yang konstan, dapat menyebabkan gangguan saraf, serta dapat mengubah postur tubuh.

Maka dari itu, *website* ini dirancang sebagai bentuk solusi edukasi interaktif yang tidak hanya memberikan informasi mengenai seputar *text neck syndrome*, tetapi berperan sebagai *personal trainer* bagi pengguna melalui aktivitas zona pemulihan. Konten pada *website* dirancang untuk membantu memahami risiko *text neck syndrome* secara mendalam, serta menggunakan visualisasi foto sehingga dapat dilihat bagaimana cara melakukan pencegahan dengan *stretching* dengan benar. *Website* ini memiliki struktur yang informatif dan mudah untuk dipahami agar para pengguna dapat mempelajari topik *text neck syndrome* ini dengan tanpa merasa kesusahan. Serta di dalam *website* ini menyediakan pendekatan gamifikasi yang dimana berbentuk aktivitas-aktivitas seperti *quest*, dan *stretching*. Fitur ini *stretching* para pengguna akan dibawa kedalam langkah-langkah *stretching* untuk mencegah risiko terkenanya *text neck syndrome* yang berbasis video. *Website* ini tidak hanya dijadikan sebagai penyebaran informasi, namun dapat digunakan sebagai media komunikasi antar pengguna yang terdapat pada forum.

Dengan demikian, *website* ini tidak hanya dibuat sebagai media informasi yang hanya memberikan seputar informasi, melainkan sebagai platform yang dapat terus menerus memberikan kontribusi untuk memperbaiki postur di era yang serba digital saat ini.

5.2 Saran

Setelah selesai melakukan tahapan perancangan Tugas Akhir ini, penulis berharap penelitian yang telah penulis lakukan dapat menjadi acuan bagi penelitian-penelitian lainnya. Agar *website* lebih relevan, ketua sidang menyarankan untuk menambahkan keterlibatan dari pihak lain yang telah aktif berpartisipasi dalam menangani *text neck syndrome* sebagai bentuk dari aksi nyata karya yang dirancang. Catatan lainnya dari ketua sidang adalah terdapat dua *user persona* yang dimana memiliki perilaku yang relatif serupa, sehingga perbedaan pengalaman pengguna yang dihasilkan belum terlihat secara signifikan. Namun hal tersebut dapat berdampak pada *user flow* yang cenderung sama. Penulis juga ingin membagikan saran kepada dosen dan juga terhadap peneliti lain yang akan mengembangkan topik yang serupa. Saran dari penulis akan dibagi menjadi saran teoritis dan saran praktis:

1. Mahasiswa/Peneliti

Penulis menyarankan agar para mahasiswa lebih aware terhadap gangguan *text neck syndrome* ini dikarenakan memiliki risiko yang berbahaya bagi tubuh. Selain itu peneliti ataupun mahasiswa yang tertarik mengenai isu kesehatan digital untuk dapat memperdalam pengetahuan mengenai *text neck syndrome*.

2. Universitas

Penulis menyarankan agar universitas dapat memberikan perhatian lebih terhadap isu kesehatan digital, khususnya terkait dampak penggunaan perangkat mobile yang berlebihan di kalangan mahasiswa.