

DESAIN BUKU ILUSTRASI *STOP TOXIC RELATIONSHIP* BAGI REMAJA

¹ Rizky Putri Aulia, ² Syarip Hidayat, dan ³ Asep Kadarisman

^{1,2,3} Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Telkom University, Jl. Telekomunikasi. 1, Terusan Buahbatu - Bojongsoang, Telkom University, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 40257

¹ rizputtt@telkomuniversity.ac.id, ² syarip@telkomuniversity.ac.id,

³ asepkadarisman@telkomuniversity.ac.id

Abstrak : *Toxic relationship* merupakan suatu hubungan yang dimana menyebabkan suatu dampak tidak sehat, baik itu bagi fisik maupun bagi kondisi mental seseorang. Orang yang terlibat dalam hubungan berbahaya dapat mengalami depresi karena kondisi psikologis dan hati yang buruk. Korban juga dapat membenci dirinya sendiri karena perlakuan negatif yang diberikan pasangannya kepadanya. Hal ini menyebabkan kondisi fisik dan mental yang dapat menyebabkan konflik internal, yang dapat menyebabkan depresi dan kecemasan. Kadang- kadang, remaja tidak menyadari bahwa mereka terjebak dalam hubungan yang tidak sehat, tetapi mereka memilih untuk melanjutkannya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengambilan data melalui wawancara, observasi, dan studi pustaka. Perancangan buku visual *self-help* merupakan sebuah media edukatif untuk remaja khususnya perempuan yang bertujuan untuk mengedukasi para remaja untuk meningkatkan kesadaran diri mereka serta menghindari dan menghindari hubungan yang tidak sehat. Media ini membahas definisi hubungan berbahaya hingga hubungan yang sehat. Selain membantu proses penyampaian, ilustrasi disertakan untuk menarik perhatian pembaca.

Kata kunci: *toxic relationship*, remaja, buku *self-help*

Abstract : Toxic relationship is a relationship that causes an unhealthy impact, both physically and mentally. People involved in harmful relationships can experience depression due to poor psychological and liver conditions. The victim can also hate themselves because of the negative treatment their partner gives them. This leads to physical and mental conditions that can cause internal conflict, which can lead to depression and anxiety. Sometimes, teenagers do not realize that they are trapped in an unhealthy relationship, but they choose to continue it. The research method used is a qualitative method with data collection techniques through interviews, observations, and literature studies. The design of a self-help visual book is an educational media for teenagers, especially women, which aims to educate teenagers to increase their self-awareness and avoid and avoid unhealthy relationships. This media discusses the definition of dangerous relationships to healthy relationships. In addition to helping the delivery process, illustrations are included to attract readers' attention.

Keyword : *toxic relationship*, teenager, *self-help book*

PENDAHULUAN

Toxic relationship mempunyai dampak yang negatif khususnya pada kesehatan mental maupun fisik seseorang. Pacaran merupakan kedua orang yang berlawanan jenis kemudian menjalin suatu hubungan didasari oleh adanya perasaan tertentu didalam hati masing-masing. Pacaran biasanya mulai dilakukan oleh remaja, saat mereka menjalin hubungan hanya untuk bersenang-senang dan menunjukkan identitas mereka. Pada dasarnya, pacaran adalah tentang mengenal, membangun, mencintai, melindungi, dan menghormati satu sama lain. Namun, ada banyak kasus kekerasan dalam hubungan yakni salah satunya dari pasangan mengekang maupun mengontrol pasangannya dengan obsesi berlebihan. Tidak hanya itu, dikarena rasa egois mampu menyebabkan rasa obsesi lebih jauh dalam memilikinya lebih banyak daripada yang harus dimiliki. Mereka sangat cemburu karena mereka ingin memilikinya, sehingga mereka memperlakukan pacarnya seolah-olah dia seutuhnya. Salah satu pihak akan mengalami ketidaknyamanan dan mungkin mengalami kekerasan fisik atau psikologis sebagai konsekuensi. "*Toxic Relationship*", disebut sebagai tindakan penguasaan dan kontrol yang hanya menguntungkan satu pihak dan sering merugikan pihak lainnya (Dewi Inra Yani, 2021).

"*Toxic Relationship*" menurut definisinya adalah perilaku buruk dan destruktif yang biasanya ditandai dalam hubungan romantis (Prabandari dan Supriyati, 2019). Pria dan wanita dalam hubungan ini memiliki sifat yang tidak wajar dan cenderung menyerang pasangannya baik secara verbal maupun nonverbal. Mengatakan bahwa kritik, saling menyalahkan, tidak mau mengakui kesalahan atau sifat defensif, banyak ketidakjujuran, saling meremehkan, saling penuh dendam, manipulasi dalam hubungan, dan penghinaan kata-kata pedas dan menyakitkan adalah tanda ketidakseimbangan dalam hubungan, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada salah satu pihak bahkan sampai kekerasan fisik dan psikologis. Hubungan beracun yakni hubungan yang hanya

menguntungkan satu pihak sedangkan pihak lain sering dirugikan disebut sebagai tindakan penguasaan dan kontrol ini. Saat ini tingkat *toxic relationship* semakin meningkat dan dapat terjadi pada semua kalangan, termasuk remaja yang perasaan dan cara berpikirnya belum stabil dan cenderung berubah. Salah satu penyebab *toxic relationship* antar remaja adalah kurangnya pendidikan dan pelatihan psikologis di sekolah-sekolah Indonesia.

Menurut survey catahu (catatan akhir tahun) komnas perempuan pada tahun 2020 menjelaskan bahwa pasangan sering menjadi faktor paling banyak melakukan *abusive* secara emosional, fisik, dan verbal. Laporan dari kekerasan.kemenpppa.go.id/ sampai di tanggal 09/07/22 menunjukkan sebanyak 11.075 perempuan dan 1.836 laki-laki menjadi korban kekerasan. Dalam hubungan *toxic*, dampak negatifnya cukup beragam. Pihak yang dirugikan dapat mengalami depresi dan kondisi psikologis yang memburuk, dan korban dapat membenci dirinya sendiri karena perlakuan negatif pasangannya. Hal tersebut mengarah pada kondisi mental dan fisik. Hal tersebut dapat menimbulkan konflik batin yang mengarah pada depresi dan kecemasan. Remaja terkadang tidak menyadari dirinya terjebak dalam hubungan yang beracun, namun memilih untuk tetap melanjutkan hubungan yang tidak sehat tersebut. Maka, dengan membuat komunikasi visual yang efektif untuk mendidik remaja tentang *toxic relationship* sangatlah krusial, terutama bagi yang berada dalam rentang usia 17 hingga 22 tahun. Melalui pengembangan buku panduan yang dirancang khusus, informasi penting mengenai dinamika hubungan yang merugikan dapat disampaikan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami. Harapannya, dengan mendapatkan edukasi sejak dini tentang ciri-ciri dan bahaya hubungan beracun, para remaja akan lebih mampu membuat keputusan yang lebih bijaksana dalam kehidupan percintaan. Pada gilirannya akan membantu untuk menghindari terjebak dalam hubungan yang dapat merusak diri secara emosional dan mental.

METODE PENELITIAN

Dalam perancangan penelitian ini, digunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif berfokus pada pengumpulan data yang kaya dan mendalam, yang seringkali tidak dapat diukur secara kuantitatif atau melalui metode pengukuran standar lainnya. Metode ini mengandalkan data deskriptif yang dikumpulkan dari subjek yang diamati. Dalam melakukan penelitian ini, penulis menggunakan metode pengumpulan data melalui Studi Pustaka, Observasi, Wawancara, dan Kuesioner.

Studi Pustaka

Untuk memperoleh informasi yang relevan dengan topik penelitian, penting untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber tertulis seperti buku, jurnal, dan makalah. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengakses literatur yang menyediakan pengetahuan teoritis dan praktis yang diperlukan dalam perancangan penelitian. Dengan memanfaatkan berbagai referensi tertulis, peneliti dapat memperluas wawasan dan mendapatkan perspektif yang beragam mengenai isu yang diteliti, sehingga menghasilkan penelitian yang lebih mendalam dan terinformasi dengan baik.

Observasi

Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati berita-berita tentang hubungan *toxic* dan sumber visual berupa data yang didapatkan dari internet dan media sosial untuk menunjukkan contoh-contoh mengenai *toxic relationship* sebagai referensi bentuk media.

Wawancara

Metode penelitian dengan tanya jawab yang berlangsung satu arah. Pada penelitian ini yang akan diwawancara adalah psikolog dan juga seseorang yang pernah menjalani *toxic relationship*.

Kuesioner

Dalam mengumpulkan data mengenai pendapat *toxic relationship*, digunakan metode yang melibatkan penyampaian serangkaian pertanyaan kepada responden. Proses ini dilakukan secara daring menggunakan *Google Forms*, yang memungkinkan peneliti untuk mendapatkan jawaban dari 100 peserta. Metode ini dirancang untuk mendapatkan wawasan mendalam mengenai pandangan individu terhadap hubungan beracun, dengan memanfaatkan teknologi untuk mengumpulkan data secara efisien dan representatif dari sejumlah besar responden.

HASIL DAN DISKUSI

Dalam perancangan ini, akan dibuat buku ilustrasi *self-help* berjudul “*Stop Toxic Relationship*” yang mengidentifikasi berbagai solusi dan ide potensial untuk memenuhi tujuan perancangan. Buku tersebut berukuran A5 hard cover dengan jumlah 37 halaman. Untuk *cover* dan *back cover* menggunakan warna putih untuk menunjukkan rasa damai ataupun netral. Buku yang berisi media informasi interaktif ini akan menampilkan isi mengenai *toxic relationship* yang dikemas melalui visual dan konten refleksi diri untuk remaja usia 17 – 22 tahun khususnya perempuan. Dalam buku tersebut juga terdapat *playsheet* beserta panduannya yang dapat diisi oleh pembaca. Dengan dirancangnya buku *self-help* interaktif ini, Target audiens diharapkan dapat mengakui hubungan yang *toxic* dan berani mengubahnya ke arah yang lebih sehat melalui proses refleksi diri. Buku ini akan diterbitkan bertepatan pada hari kesehatan mental sedunia yaitu pada 10 Oktober 2024 sebagai bentuk kepedulian dalam kesehatan mental.

Pesan yang akan disampaikan dalam perancangan buku ilustrasi tersebut yaitu memberikan pemahaman kepada remaja untuk mengajak dan menganjurkan perubahan. Dengan begitu, diharapkan muncul respon perubahan sikap dan perasaan untuk dapat menyelesaikan masalah pribadinya terkait *toxic relationship* dan dapat bersikap teguh untuk mengakui hubungannya yang *toxic*

dan berani untuk memperbaiki hubungan tersebut ke arah yang lebih sehat lewat proses refleksi diri.

Pada perancangan ini akan menggunakan jenis tipografi *Sans Serif* dengan font bernama *Oliver* dan *Baby Doll* yang memberikan kesan yang unik, mudah dibaca, dan menarik. Warna yang digunakan untuk perancangan buku ilustrasi ini adalah warna putih, merah muda, dan dominan merah. Warna merah simbol dari peringatan, gairah, cinta, api, dan panas. Warna merah muda melambangkan memiliki kesan positif pada cinta dan gairah (*passion*). Warna putih melambangkan suci dan bersih, tetapi juga kerapuhan.



Gambar 1 Color Palette
(Aulia, 2024)

Penulis merancang strategi promosi kreatif sebagai media komunikasi untuk buku *Stop Toxic Relationship*.

Tabel 1 AISAS

AISAS	Strategi Visual	Strategi Media	Media Placement
Attention	X-Banner	Media Cetak	Gramedia, toko buku
	Poster	Media Cetak	Gramedia, toko buku

Interest	Merchandise	Totebag, poster, bookmark, pin, stiker, kipas tangan	Gramedia, toko buku, E- commerce
Search	E-commerce reseller	Media Digital	E-commerce
Action	Buku self-help toxic relationship	Media Cetak	Gramedia, Gramedia digital, toko buku, E- commerce
Share	Konten Sosial Media	Media Digital	Instagram

(Aulia, 2024)

HASIL PERANCANGAN

Buku *Stop Toxic Relationship* (media utama)



Gambar 2 Buku Stop Toxic Relationship (Aulia, 2024)

X Banner dan Poster Promosi



Gambar 3 X Banner, Poster Promosi
(Aulia, 2024)

X-banner ini akan diletakkan di lokasi tempat buku terbit berlangsung, seperti di Gramedia atau toko buku lainnya. Fungsi dari *x-banner* ini adalah untuk mempermudah audiens dalam menangkap informasi, karena dengan adanya media ini maka audiens yang sebelumnya tidak berniat untuk melihat melihat buku tersebut akan mendekat karena penasaran dengan buku yang baru saja terbit.

Poster promosi juga bertujuan untuk mempromosikan terbitnya buku *Stop Toxic Relationship*. Fungsinya juga untuk mempermudah audiens dalam menangkap informasi, karena yang sebelumnya tidak berniat untuk melihat melihat buku tersebut akan mendekat karena penasaran dengan buku yang baru saja terbit.

Bookmark dan Poster A6



Gambar 4 *Bookmark dan Poster A6*
(Aulia, 2024)

Bookmark atau pembatas buku sangat berguna dan dibutuhkan oleh pembaca untuk menandai halaman yang telah dibaca. Sedangkan Poster A6 ini dipilih sebagai media pendukung yang berisi *quotes* untuk memotivasi pembaca saat pertama kali membeli buku tersebut.

Stiker



Gambar 5 *Stiker*
(Aulia, 2024)

Stiker merupakan media promosi yang dapat menunjukkan identitas suatu produk maupun barang agar mudah dikenal orang banyak serta dapat menunjukkan berbagai macam informasi yang ditulis secara singkat. Stiker juga dapat membantu meningkatkan awareness atau kesadaran terhadap sesuatu.

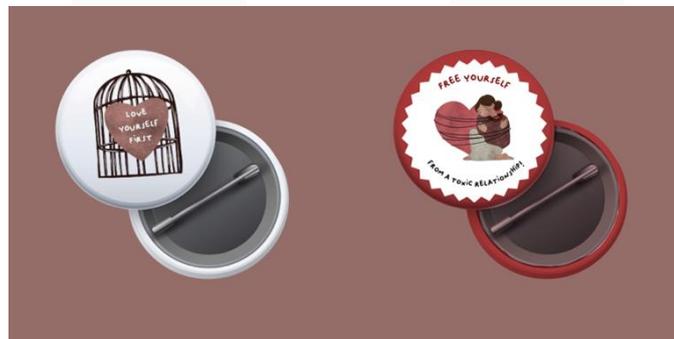
Totebag



Gambar 6 Totebag
(Aulia, 2024)

Totebag berfungsi sebagai media yang membantu dalam pendistribusian kepada khalayak sasaran, yaitu akan dipakai menjadi wadah untuk pemesanan buku secara eksklusif.

Pin



Gambar 7 Pin
(Aulia, 2024)

Pin sebagai media pendukung berfungsi untuk promosi dan kampanye sosial mengenai *toxic relationship* agar masyarakat bisa lebih *aware*.

Kipas Tangan



Gambar 8 Kipas Tangan
(Aulia, 2024)

Kipas tangan berfungsi sebagai media promosi yang mudah disimpan dan dibawa kemana-mana. Semakin sering audiens memakai kipas tangan ini, maka akan semakin banyak orang juga yang secara tidak langsung ikut melihat pesan yang disampaikan dalam desain kipas tersebut.

KESIMPULAN

Dalam hubungan berpacaran remaja, hubungan *toxic* sering terjadi dan tidak berlangsung lama atau singkat. Korban dari hubungan *toxic* yang dialami saat menjalin hubungan kembali dengan lawan jenis mengalami ketakutan dan trauma. Namun, beberapa informan mengatakan bahwa mereka menghadapi kesulitan ketika mencoba menjalin hubungan kembali dengan lawan jenis karena mereka lebih suka membandingkan orang baru dengan masa lalu mereka dan menyayangi orang baru daripada orang baru. Salah satu informan bahkan memutuskan untuk kembali ke masa lalunya meskipun mereka menyadari bahwa hubungan yang mereka jalankan tidak sehat. Akibatnya, sangat penting bagi remaja untuk dididik tentang hubungan berbahaya agar mereka dapat mengidentifikasi dan mencegah hubungan *toxic*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alex Sobur. 2006. Semiotika Komunikasi, Bandung: Remaja Rosdakarya, Analisis Teks Media Suatu Pengantar untuk Analisa Wacana, Analisis Semiotik, dan Analisis framing, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Amrullah, N. R., Nugraha, N. D., & Aditya, D. K. (2020). Perancangan Buku Pada Kain Tapis Lampung Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kepedulian Terhadap Budaya Lampung. *eProceedings of Art & Design*, 7(2).
- Crush, (2005). The Fundamentals of Illustration Laussane: AVA Publishing.
- Dewi Inra Yani, (2021). Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship.
- Febriani, I. N., Hidayat, S., & Resmadi, I. (2020). Perancangan Media Informasi Mengenai Pentingnya Literasi Digital Pada Anak. *eProceedings of Art & Design*, 7(2).
- Fitri, D., Aditya, D. K., & Nugraha, N. D. (2020). Perancangan Media Edukasi Tentang Menghindari Kekerasan Seksual Pada Anak Usia 9-12 Tahun. *eProceedings of Art & Design*, 7(2).
- IDN Times, (2023). Kenali Hubungan Toxic relationship dan Cara Menghindarinya. <https://www.idntimes.com/life/relationship/rika-purnama-sari/kenali-hubungan-toxic-c1c2>.
- Komnas Perempuan. (2021). Catatan Tahunan 2020 Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan Republik Indonesia. Komnas Perempuan | Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan. <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021>.
- Nathalia, K., & Anggraini, L. (2018). Desain Komunikasi Visual : Dasar-dasar Panduan Untuk Pemula. Nuansa Cendikia.
- Prabandari, Y. S., & Supriyati. (2019). Promosi Kesehatan dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi.

Saprilla, R. B., & Hidayat, S. (2019). Perancangan Identitas Visual dan Media Informasi Kampung Batik Laweyan. *eProceedings of Art & Design*, 6(1).

Septiyani, A., Resmadi, I., & Hidayat, S. (2020). Perancangan Media Edukasi Untuk Pelestarian Nilai-nilai Permainan Tradisional Khas Sunda. *eProceedings of Art & Design*, 7(2).

Wahyuningsih, S. (2015). *Desain Komunikasi Visual*. Madura: UTM Press.

Walisyah, T. (2019). *Bentuk-Bentuk Komunikasi Visual Dalam Periklanan*.

