

**PERANCANGAN BUKU TUTORIAL *SELF HEALING*  
UNTUK MENGEDUKASI MASYARAKAT YANG MENGALAMI  
KECEMASAN PASCA PANDEMI**

**Oleh**

**Kadek Wina Jayanti, NIM 1902071010**

**Program Studi D-III Desain Komunikasi Visual**

**ABSTRAK**

Tugas Akhir Perancangan buku tutorial *self healing* untuk mengedukasi masyarakat yang mengalami kecemasan pasca pandemi ini bertujuan untuk merancang buku tutorial tentang *self healing* agar mampu mengedukasi masyarakat yang mengalami kecemasan sehingga manfaat buku ini dapat dirasakan oleh kalangan anak muda dengan usia 20-29 tahun, karena usia tersebut merupakan usia yang sebagian besar mengalami gangguan kecemasan. Selain itu dilengkapi dengan media pendukung dalam mempromosikan buku tutorial ini seperti infografis, pembatas buku, *x-banner*, iklan media sosial, *notebook*, *totebag*, dan stiker. Proses merancang karya desain komunikasi visual ini diawali dengan mencari data terkait *self healing* dan hubungannya dalam mengelola kecemasan. Dalam metode perancangan media ini meliputi pemilihan media berkarya, pemaparan konsep dari setiap media dan proses *finishing*. Hasil perancangan desain komunikasi visual ini adalah berupa delapan jenis desain media yaitu sebuah buku tutorial *self healing* dan media pendukung yang terdiri dari infografis, pembatas buku, *x-banner*, iklan media sosial, *notebook*, *totebag*, dan stiker.

Kata Kunci: Buku Tutorial, *Self Healing*, Media.

## ABSTRACT

*Final Project The design of a self-healing tutorial book to educate people who experience post-pandemic anxiety aims to design a tutorial book on self-healing so that they can educate people who experience anxiety so that the benefits of this book can be felt by young people aged 20-29 years, because of their age This is the age that most experience anxiety disorders. In addition, it is equipped with supporting media in promoting this tutorial book such as infographics, bookmarks, x-banners, social media advertisements, notebooks, tote bags, and stickers. The process of designing this visual communication design work begins with finding data related to self-healing and its relationship to managing anxiety. In this media design method, it includes the selection of creative media, presentation of the concept of each media and the finishing process. The results of this visual communication design design are in the form of eight types of media designs, namely a self-healing tutorial book and supporting media consisting of infographics, bookmarks, x-banners, social media advertisements, notebooks, tote bags, and stickers.*

*Keywords: Tutorial Book, Self Healing, Media.*

