

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI PENGARUH TRAUMA MASA LALU SEBAGAI MEDIA EDUKASI EMOSIONAL REMAJA USIA 18-24 TAHUN

Raihan Rohadatul 'Aisy¹, Marsudi²

¹²³ Universitas Negeri Surabaya

email: ¹raihan.19036@mhs.unesa.ac.id

Received:

29-06-2026

Reviewed:

02-07-2026

Accepted:

06-07-2026

ABSTRAK : Trauma masa lalu merupakan pengalaman psikologis yang dapat memberikan dampak terhadap perkembangan emosional remaja, terutama pada rentang usia 18–24 tahun yang berada pada fase transisi menuju kedewasaan. Rendahnya literasi mengenai trauma serta minimnya media edukasi berbentuk cetak yang mampu menyampaikan informasi psikologis secara komunikatif menyebabkan banyak remaja belum memahami pengaruh pengalaman traumatis terhadap kondisi emosional mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media edukasi berupa buku ilustrasi mengenai pengaruh trauma masa lalu dalam perkembangan emosional bagi remaja usia 18–24 tahun. Buku ilustrasi dipilih sebagai media karena mampu menyajikan informasi melalui perpaduan narasi dan visual yang lebih menarik, komunikatif, serta mudah dipahami oleh remaja.

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model pengembangan Borg and Gall yang disederhanakan sesuai kebutuhan penelitian. Tahapan penelitian meliputi identifikasi masalah, pengumpulan data, perencanaan, pengembangan produk awal, validasi ahli, revisi produk, uji coba, hingga penyempurnaan produk akhir. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dengan psikolog, serta penyebaran kuesioner kepada remaja usia 18–24 tahun di Kota Surabaya. Validasi produk dilakukan oleh ahli materi dan ahli media untuk menilai kelayakan isi, desain visual, bahasa, serta efektivitas penyampaian informasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa buku ilustrasi yang dikembangkan berhasil mengintegrasikan konsep psikologi trauma dengan prinsip-prinsip desain komunikasi visual sehingga menghasilkan media edukasi yang informatif, komunikatif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Penggunaan ilustrasi, tipografi, tata letak, warna, dan penyajian narasi yang sistematis mampu meningkatkan minat baca serta mempermudah pemahaman mengenai pengaruh trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional. Berdasarkan hasil validasi ahli dan uji coba kepada pengguna, buku ilustrasi dinyatakan layak digunakan sebagai media edukasi psikologis bagi remaja usia 18–24 tahun. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan media edukasi berbasis desain komunikasi visual serta mendukung peningkatan literasi psikologis dan kesadaran remaja mengenai pentingnya mengenali serta mengelola dampak trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional.

Kata Kunci: ilustrasi, trauma, emosional, remaja

ABSTRACT: *Past trauma is a psychological experience that can significantly influence adolescents' emotional development, particularly among individuals aged 18–24 years who are transitioning into adulthood. Limited trauma literacy and the lack of printed educational media capable of communicating psychological information effectively have resulted in many adolescents having insufficient understanding of how traumatic experiences affect their emotional well-being. This study aimed to develop an illustrated book as an educational medium to increase adolescents' understanding of the impact of past trauma on emotional development. An illustrated book was selected because it combines narrative and visual elements to present psychological information in a more engaging, communicative, and accessible manner for adolescents.*

This study employed a Research and Development (R&D) approach using the Borg and Gall development model, which was simplified to suit the research objectives. The development process consisted of problem identification, data collection, planning, preliminary product development, expert validation, product revision, field testing, and final product refinement. Data were collected through observations, interviews with a psychologist, and questionnaires distributed to adolescents aged 18–24 years in Surabaya. Product validation was conducted by subject matter experts and media experts to

evaluate the appropriateness of the content, visual design, language, and effectiveness of information delivery.

The findings indicate that the illustrated book successfully integrates trauma psychology concepts with the principles of visual communication design, resulting in an educational medium that is informative, engaging, communicative, and appropriate for the characteristics of adolescents. The use of illustrations, typography, layout, color, and structured narrative effectively enhanced readers' interest and facilitated their understanding of the effects of past trauma on emotional development. Based on expert validation and user testing, the illustrated book was considered suitable as a psychological educational medium for adolescents aged 18–24 years. This study is expected to contribute to the development of educational media based on visual communication design while promoting psychological literacy and increasing adolescents' awareness of the importance of recognizing and managing the emotional impacts of past traumatic experiences.

Keywords: illustration, past trauma, emotional development, adolescents

PENDAHULUAN

Trauma psikologis merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan emosional individu, khususnya pada masa remaja. Pengalaman traumatis, seperti kehilangan orang terdekat, kekerasan, perundungan, konflik keluarga, maupun pengalaman hidup yang mengancam keselamatan, dapat meninggalkan luka psikologis yang bertahan dalam jangka panjang apabila tidak memperoleh penanganan yang tepat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa trauma masa lalu berhubungan dengan meningkatnya risiko gangguan kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*/PTSD), kesulitan mengendalikan emosi, hingga penurunan kualitas hubungan sosial (Karima et al., 2023; Varese et al., 2012; Yehuda, 2002). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa trauma bukan hanya berdampak pada kondisi psikologis sesaat, tetapi juga memengaruhi proses perkembangan emosional individu pada tahap kehidupan berikutnya.

Remaja berusia 18–24 tahun merupakan kelompok yang berada pada masa transisi menuju kedewasaan (*emerging adulthood*), yaitu periode ketika individu mulai membangun identitas diri, mengembangkan kemandirian, membentuk relasi interpersonal yang lebih luas, serta mempersiapkan kehidupan akademik maupun profesional. Pada fase ini, kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi menjadi aspek penting dalam mendukung perkembangan psikososial yang sehat. Namun, pengalaman traumatis yang belum terselesaikan dapat menghambat proses tersebut sehingga individu lebih rentan mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, membangun kepercayaan diri, menjalin hubungan sosial, maupun mengambil keputusan secara adaptif (Ali & Asrori, 2005; Azmi, 2015; Iskandar et al., 2025). Pemahaman mengenai pengaruh trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional perlu diberikan sejak dini agar remaja mampu mengenali kondisi dirinya dan memperoleh bantuan yang sesuai.

Permasalahan tersebut masih menjadi tantangan di Indonesia. Penelitian Kaligis, (2021) menunjukkan bahwa kelompok usia 16–24 tahun merupakan kelompok yang paling rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental, sementara sebagian besar remaja masih

memiliki literasi yang rendah mengenai pengenalan trauma, pengelolaan emosi, serta mekanisme memperoleh bantuan profesional. Kondisi tersebut diperparah oleh kecenderungan melakukan *self-diagnosis* melalui berbagai informasi yang tersedia di internet tanpa verifikasi kepada tenaga profesional. Akbar, (2019) menjelaskan bahwa informasi kesehatan dari internet yang tidak disertai pendampingan tenaga ahli berpotensi menimbulkan kesalahan persepsi terhadap kondisi psikologis yang dialami individu. Akibatnya, tidak sedikit remaja yang terlambat memperoleh penanganan psikologis karena menganggap pengalaman emosional yang dialaminya sebagai kondisi yang wajar atau justru salah menginterpretasikan gejala yang muncul.

Upaya peningkatan pemahaman mengenai trauma masa lalu dan perkembangan emosional memerlukan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik remaja. Penyampaian informasi melalui media visual dinilai lebih efektif karena mampu mengombinasikan unsur narasi, ilustrasi, tipografi, warna, dan tata letak sehingga pesan yang bersifat abstrak menjadi lebih mudah dipahami. Buku ilustrasi merupakan salah satu media komunikasi visual yang mampu menyederhanakan konsep-konsep psikologis menjadi informasi yang komunikatif, menarik, dan mudah dipelajari oleh pembaca (Ambrose & Harris, 2006; Ellison & Coates, 2014; Holtzschue, 2025; Wheeler & Millman, 2018). Selain meningkatkan daya tarik membaca, ilustrasi juga berperan dalam membantu pembaca membangun empati, memahami pengalaman emosional, serta merefleksikan kondisi psikologis yang mungkin pernah dialaminya.

Penelitian mengenai trauma psikologis selama ini lebih banyak berfokus pada identifikasi faktor risiko, dampak psikologis, maupun efektivitas berbagai pendekatan psikoterapi dalam proses pemulihan trauma (V. M. Follette & Ruzek, 2007; V. Follette & Pistorello, 2007; Hatta, 2016). Sementara itu, penelitian di bidang desain komunikasi visual lebih banyak membahas prinsip-prinsip ilustrasi, tipografi, tata letak, dan desain informasi sebagai unsur estetika media (Caplin & Banks, 2003; Maharsi, 2013; Rustan, 2008). Masih terbatas penelitian yang mengintegrasikan konsep psikologi trauma dengan desain komunikasi visual dalam bentuk media edukasi yang secara khusus membahas pengaruh trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional remaja. Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya pengembangan media edukasi yang tidak hanya menarik secara visual, tetapi juga didasarkan pada konsep psikologi yang ilmiah sehingga mampu menyampaikan informasi secara akurat dan mudah dipahami.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini mengembangkan buku ilustrasi mengenai pengaruh trauma masa lalu dalam perkembangan emosional bagi remaja usia 18–24 tahun. Buku ilustrasi dirancang sebagai media edukasi yang memadukan konsep psikologi trauma dengan prinsip-prinsip desain komunikasi visual melalui penggunaan ilustrasi, tipografi, tata letak, dan psikologi warna. Materi yang disajikan meliputi pengenalan trauma, bentuk-bentuk pengalaman traumatis, pengaruh trauma terhadap perkembangan emosional, strategi pengelolaan emosi, serta pentingnya memperoleh bantuan profesional apabila trauma telah mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan menghasilkan buku ilustrasi yang informatif, komunikatif, dan menarik sebagai media edukasi mengenai pengaruh trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional remaja usia 18–24 tahun. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan media edukasi berbasis desain komunikasi visual yang mendukung peningkatan literasi psikologis remaja, sekaligus menjadi alternatif media pembelajaran bagi pendidik, konselor, psikolog, dan masyarakat dalam meningkatkan

pemahaman mengenai pentingnya mengenali dampak trauma terhadap perkembangan emosional sejak usia remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan mengadaptasi model pengembangan yang dikemukakan oleh Gall et al., (1996). Metode ini dipilih karena bertujuan menghasilkan produk berupa buku ilustrasi sebagai media edukasi mengenai pengaruh trauma masa lalu dalam perkembangan emosional bagi remaja usia 18–24 tahun. Tahapan penelitian meliputi studi pendahuluan, perencanaan, pengembangan desain produk, validasi ahli, revisi produk, uji coba, hingga penyempurnaan produk akhir yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Model pengembangan ini memungkinkan proses perancangan dilakukan secara sistematis berdasarkan kebutuhan pengguna sehingga menghasilkan media yang layak secara akademik maupun visual (Gall et al., 1996).

Sasaran penelitian adalah remaja berusia 18–24 tahun yang berdomisili di Kota Surabaya. Penentuan subjek dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan karakteristik remaja yang pernah mengalami atau memahami pengalaman traumatis. Data primer diperoleh melalui observasi, wawancara terstruktur dengan psikolog sebagai ahli materi, serta penyebaran kuesioner kepada responden. Data sekunder diperoleh dari buku, artikel ilmiah, jurnal, dan sumber pustaka lain yang relevan dengan psikologi trauma, perkembangan emosional, serta desain komunikasi visual. Produk yang dikembangkan divalidasi oleh ahli materi dan ahli media untuk menilai aspek isi, bahasa, ilustrasi, tata letak, tipografi, dan kelayakan media sebelum dilakukan uji coba kepada pengguna.

Data penelitian dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles et al., (2020), yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Analisis dilakukan secara berkelanjutan sejak proses pengumpulan data hingga diperoleh kesimpulan yang valid mengenai kebutuhan pengguna dan kualitas produk yang dikembangkan. Hasil analisis menjadi dasar dalam penyempurnaan buku ilustrasi sehingga media yang dihasilkan memenuhi aspek informatif, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja sebagai pengguna sasaran.

KERANGKA TEORETIK

Trauma Psikologis dan Perkembangan Emosional Remaja

Trauma psikologis merupakan respons terhadap pengalaman yang mengancam keselamatan fisik maupun psikologis individu sehingga dapat memengaruhi fungsi kognitif, emosional, dan sosial dalam jangka panjang. Pengalaman traumatis seperti kekerasan, kehilangan orang terdekat, perundungan, konflik keluarga, maupun peristiwa yang mengancam kehidupan berpotensi menimbulkan dampak psikologis yang menetap apabila tidak memperoleh penanganan yang memadai (Yehuda, 2002). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa trauma masa lalu berkorelasi dengan meningkatnya risiko gangguan kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*/PTSD), kesulitan regulasi emosi, serta penurunan kualitas hubungan interpersonal (Karima et al., 2023; Varese et al., 2012). Trauma dipahami bukan hanya sebagai respons sesaat terhadap suatu peristiwa, tetapi sebagai pengalaman yang dapat memengaruhi proses perkembangan emosional individu hingga tahap kehidupan berikutnya.

Pada rentang usia 18–24 tahun, individu berada pada fase transisi menuju kedewasaan yang ditandai dengan pembentukan identitas diri, peningkatan kemandirian, pengembangan

hubungan interpersonal, serta kesiapan menghadapi tuntutan akademik maupun profesional. Kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi menjadi salah satu indikator penting keberhasilan perkembangan pada tahap ini (Ali & Asrori, 2005; Azmi, 2015). Namun, pengalaman traumatis yang belum terselesaikan dapat menghambat proses tersebut sehingga individu lebih rentan mengalami kesulitan dalam regulasi emosi, membangun kepercayaan diri, menjalin relasi sosial, maupun mengambil keputusan secara adaptif (Iskandar et al., 2025). Dengan demikian, pemahaman mengenai hubungan antara trauma masa lalu dan perkembangan emosional menjadi dasar penting dalam upaya promotif maupun preventif kesehatan mental remaja.

Literasi Trauma dan Kebutuhan Media Edukasi

Kesadaran remaja terhadap kesehatan mental masih menghadapi berbagai tantangan, terutama terkait rendahnya literasi mengenai trauma psikologis. Kaligis, (2021) menjelaskan bahwa kelompok usia 16–24 tahun merupakan kelompok yang paling rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental, namun masih memiliki keterbatasan dalam mengenali gejala psikologis maupun menentukan langkah penanganan yang tepat. Kondisi tersebut diperburuk oleh meningkatnya praktik self-diagnosis melalui informasi yang diperoleh dari internet tanpa konsultasi kepada tenaga profesional. Akbar, (2019) menyatakan bahwa informasi kesehatan yang tidak tervalidasi berpotensi menimbulkan kesalahan persepsi terhadap kondisi psikologis sehingga dapat menghambat individu dalam memperoleh bantuan yang sesuai.

Literasi trauma tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengenali pengalaman traumatis, tetapi juga mencakup pemahaman mengenai dampaknya terhadap perkembangan emosional serta kemampuan mengambil keputusan untuk memperoleh bantuan profesional. Oleh karena itu, diperlukan media edukasi yang mampu menyampaikan informasi psikologis secara sederhana, akurat, dan sesuai dengan karakteristik remaja agar proses pembelajaran berlangsung lebih efektif.

Buku Ilustrasi sebagai Media Edukasi Visual

Dalam perspektif desain komunikasi visual, buku ilustrasi merupakan media yang mampu mengintegrasikan teks dan visual untuk menyampaikan informasi secara lebih komunikatif. Ilustrasi berfungsi sebagai sarana representasi visual yang membantu pembaca memahami konsep-konsep abstrak melalui narasi visual yang lebih konkret (Ambrose & Harris, 2006). Penyajian informasi yang memadukan ilustrasi, tipografi, tata letak, dan warna juga meningkatkan keterbacaan serta efektivitas komunikasi visual (Ellison & Coates, 2014).

Selain aspek ilustrasi, tipografi, tata letak, dan psikologi warna memiliki peranan penting dalam membangun pengalaman membaca. Pemilihan jenis huruf yang tepat meningkatkan keterbacaan (Maharsi, 2013), sedangkan tata letak yang baik membantu pembaca memahami alur informasi secara sistematis (Rustan, 2008). Di sisi lain, warna memiliki pengaruh terhadap persepsi dan respons emosional pembaca sehingga mampu memperkuat pesan psikologis yang ingin disampaikan (Holtzschue, 2025). Oleh karena itu, integrasi berbagai elemen desain komunikasi visual menjadi faktor penting dalam menghasilkan media edukasi yang efektif.

Integrasi Psikologi Trauma dan Desain Komunikasi Visual

Kajian mengenai trauma psikologis selama ini lebih banyak berorientasi pada identifikasi faktor risiko, dampak psikologis, maupun efektivitas pendekatan terapeutik dalam proses pemulihan trauma (Follette & Ruzek, 2007; Follette & Pistorello, 2007). Sebaliknya, penelitian dalam bidang desain komunikasi visual cenderung berfokus pada aspek estetika media, seperti ilustrasi, tipografi, tata letak, dan desain informasi (Caplin & Banks, 2003; Maharsi, 2013; Rustan, 2008).

Meskipun kedua bidang tersebut berkembang secara signifikan, penelitian yang mengintegrasikan konsep psikologi trauma dengan desain komunikasi visual sebagai media edukasi masih relatif terbatas. Padahal, penyampaian informasi mengenai trauma memerlukan pendekatan yang tidak hanya akurat secara ilmiah, tetapi juga komunikatif dan mudah dipahami oleh kelompok sasaran. Integrasi psikologi dan desain komunikasi visual memungkinkan konsep-konsep psikologis yang kompleks diterjemahkan menjadi pengalaman belajar yang lebih menarik, empatik, dan mudah dipahami oleh remaja.

Berdasarkan telaah teori tersebut, penelitian ini mengembangkan buku ilustrasi mengenai pengaruh trauma masa lalu dalam perkembangan emosional bagi remaja usia 18–24 tahun dengan memadukan teori psikologi trauma dan prinsip-prinsip desain komunikasi visual. Pengembangan media dilakukan melalui pemanfaatan ilustrasi, tipografi, tata letak, dan psikologi warna untuk menghasilkan media edukasi yang informatif, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Kerangka teoretik ini menjadi landasan konseptual dalam proses perancangan sekaligus analisis terhadap kualitas buku ilustrasi yang dikembangkan.

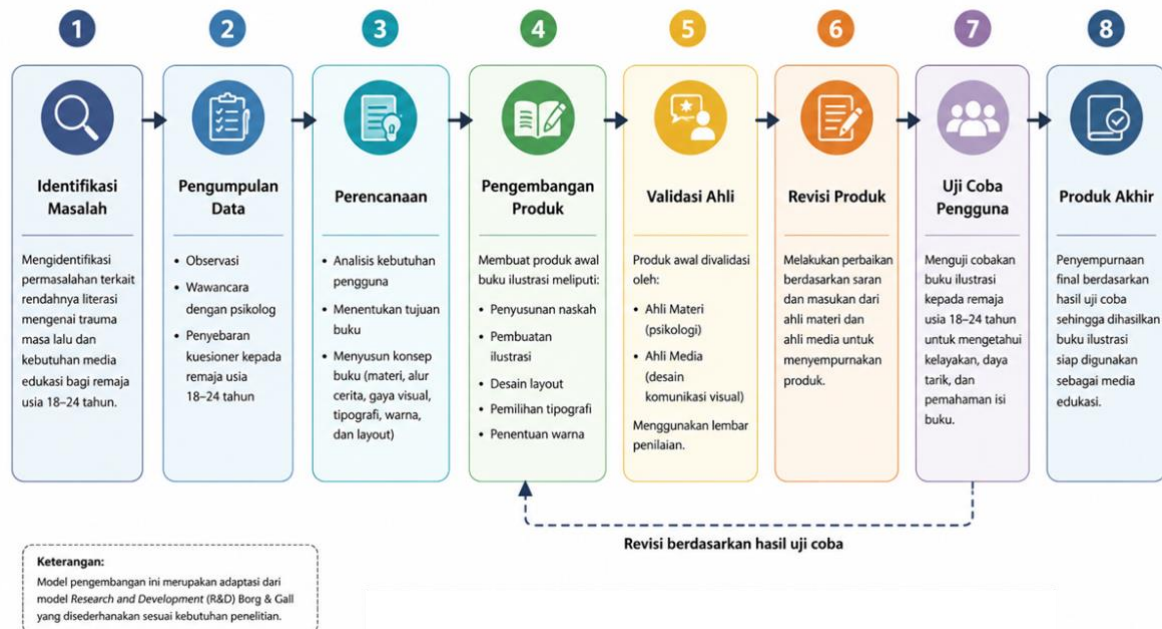
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Kebutuhan dan Perancangan Buku Ilustrasi

Tahap awal penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja usia 18–24 tahun belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai hubungan antara trauma masa lalu dan perkembangan emosional. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dengan psikolog, dan penyebaran kuesioner, ditemukan bahwa sebagian besar responden mengenal istilah trauma, namun belum mampu mengidentifikasi bentuk-bentuk trauma, dampaknya terhadap regulasi emosi, maupun langkah penanganan yang tepat. Sebagian responden juga mengakui lebih banyak memperoleh informasi mengenai kesehatan mental melalui media sosial dibandingkan sumber ilmiah maupun tenaga profesional. Temuan tersebut menguatkan pendapat Kaligis, (2021) bahwa kelompok usia remaja dan dewasa awal masih memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang relatif rendah, meskipun merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gangguan psikologis.

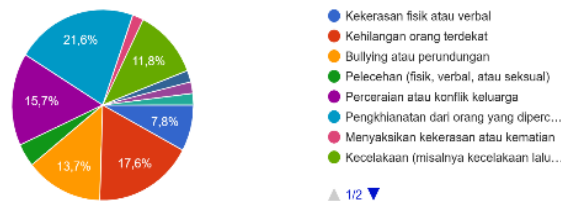
Hasil analisis kebutuhan juga menunjukkan bahwa responden lebih menyukai media edukasi yang bersifat visual dibandingkan media berbasis teks. Mereka menghendaki penyajian materi yang menggunakan ilustrasi, bahasa sederhana, warna yang nyaman dipandang, serta alur cerita yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Temuan ini mendukung teori desain informasi yang dikemukakan Ellison & Coates, (2014), bahwa penyampaian informasi melalui kombinasi teks dan visual mampu meningkatkan efektivitas komunikasi serta memudahkan proses pemahaman informasi yang kompleks. Dengan demikian, pengembangan buku ilustrasi dalam penelitian ini tidak hanya didasarkan pada aspek estetika, tetapi juga berangkat dari kebutuhan nyata pengguna (*user-centered design*).

Berdasarkan kebutuhan tersebut, konsep buku dikembangkan melalui integrasi teori psikologi trauma dengan prinsip desain komunikasi visual. Materi disusun secara bertahap mulai dari pengenalan trauma, penyebab trauma, pengaruh trauma terhadap perkembangan emosional, strategi pengelolaan emosi, hingga pentingnya mencari bantuan profesional apabila mengalami gangguan psikologis. Pendekatan tersebut berbeda dengan penelitian Caplin & Banks, (2003) maupun Rustan, (2008) yang lebih berorientasi pada aspek visual media, karena penelitian ini mengombinasikan aspek psikologi sebagai substansi utama dengan elemen desain sebagai media penyampai informasi.



Gambar 1. Alur Pengembangan Buku Ilustrasi menggunakan Model Borg & Gall
(Sumber: Diadaptasi dari Gall et al., 1996)

Pernahkah kamu mengalami atau menyaksikan salah satu dari kejadian berikut yang menurutmu cukup berpengaruh pada kondisi emosimu?
51 jawaban



Gambar 2. Hasil Analisis Kebutuhan Responden

(Diagram batang atau pie chart hasil kuesioner mengenai media edukasi yang disukai responden.)

2. Hasil Pengembangan dan Validasi Buku Ilustrasi

Hasil pengembangan menghasilkan sebuah buku ilustrasi yang mengintegrasikan ilustrasi digital, tipografi, tata letak, dan psikologi warna sebagai media penyampaian informasi mengenai trauma psikologis. Buku disusun menggunakan bahasa komunikatif yang disesuaikan dengan karakteristik remaja sehingga materi yang bersifat abstrak dapat dipahami secara lebih sederhana. Penggunaan ilustrasi naratif bertujuan membangun empati pembaca sekaligus membantu mereka menghubungkan materi dengan pengalaman emosional yang mungkin pernah dialami.

Validasi ahli menunjukkan bahwa buku ilustrasi memenuhi aspek kelayakan materi maupun media. Ahli materi menilai bahwa isi buku telah sesuai dengan konsep psikologi trauma, sedangkan ahli media menilai bahwa ilustrasi, komposisi visual, tipografi, warna, dan tata letak telah memenuhi prinsip-prinsip desain komunikasi visual. Hasil tersebut mengonfirmasi teori Ambrose dan Harris (2006) bahwa ilustrasi memiliki fungsi utama sebagai media komunikasi, bukan sekadar elemen dekoratif. Selain itu, Holtzschue (2025)

menjelaskan bahwa pemilihan warna yang tepat mampu membangun respons emosional pembaca sehingga memperkuat efektivitas penyampaian pesan.

Apabila dibandingkan dengan penelitian Sugihartono (2015) maupun Soedarso (2014), penelitian ini memiliki karakteristik yang lebih komprehensif karena tidak hanya mengembangkan ilustrasi sebagai media informasi, tetapi juga mengintegrasikan teori psikologi trauma ke dalam konsep visual. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa desain komunikasi visual dapat menjadi media edukasi kesehatan mental yang efektif apabila didasarkan pada kebutuhan pengguna dan landasan ilmiah yang kuat.

Rekomendasi Tabel

Tabel 1. Hasil Validasi Ahli Materi dan Ahli Media

No	Aspek Penilaian	Ahli Materi	Ahli Media	Kategori
1	Kesesuaian materi psikologis	3,75/4	–	Sangat Layak
2	Kejelasan materi	3,67/4	–	Sangat Layak
3	Sensitivitas psikologis	4,00/4	–	Sangat Layak
4	Manfaat dan relevansi	3,80/4	–	Sangat Layak
5	Dukungan psikologis	3,67/4	–	Sangat Layak
6	Penilaian umum	4,00/4	–	Sangat Layak
7	Tata letak (<i>layout</i>)	–	4,60/5	Sangat Baik
8	Tipografi	–	4,80/5	Sangat Baik
9	Ilustrasi dan warna	–	4,67/5	Sangat Baik
10	Keterbacaan	–	5,00/5	Sangat Baik
Rata-rata	Keseluruhan	3,81/4 (95,19%)	4,73/5 (94,67%)	Sangat Layak / Sangat Baik



Gambar 3. Cover Buku Ilustrasi

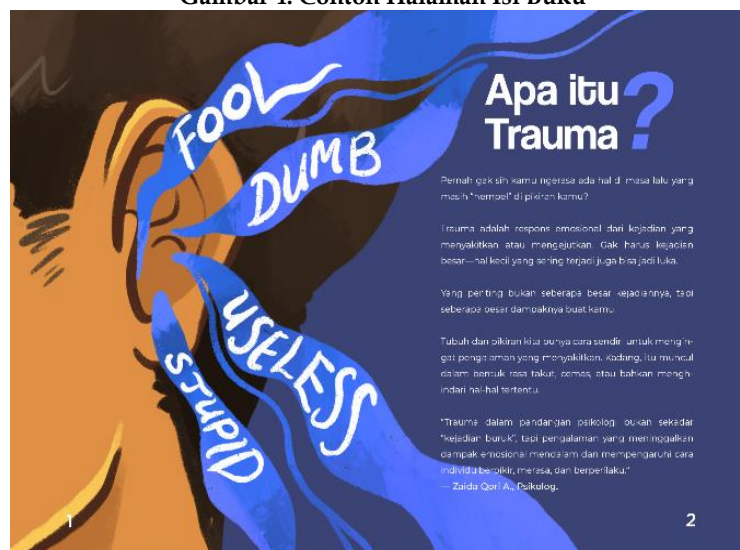
Daftar Pustaka

- American Psychological Association. (n.d.). Trauma.
- Anxiety Canada. (n.d.). What is anxiety?
- Mental Health Foundation. (n.d.). How to manage and reduce stress.
- National Institute of Mental Health. (2023). Mental health information.
- National Institute of Mental Health. (2023). Post-traumatic stress disorder (PTSD).
- Psychology Today. (n.d.). Trust Issues: Causes and how to overcome them.
- UNICEF. (2021). The state of the world's children 2021: On my mind.
- World Health Organization. (2022). Mental health care and support.
- World Health Organization. (2022). Mental health: Strengthening our response.
- Zaida Qori A. Qori, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Praktisi Psikologi) — Wawancara pribadi, 28 April 2026.

Daftar Isi

Apa itu Trauma?	1
Trauma itu Nyata	3
Emosi Jadi Lebih Sensitif	5
Sulit Percaya Orang Lain	7
Overthinking & Anxiety	9
Menyalahkan Diri Sendiri	11
Mulai Sembuh	13
Harapan & Masa Depan	15
Mencari Bantuan Itu Berani	17

Gambar 4. Contoh Halaman Isi Buku



Gambar 5. Proses Digital Illustration

3. Implementasi Buku Ilustrasi sebagai Media Edukasi

Hasil uji coba kepada pengguna menunjukkan bahwa buku ilustrasi memperoleh respons positif dari remaja. Sebagian besar responden menyatakan bahwa ilustrasi membantu mereka memahami hubungan antara pengalaman traumatis dan perkembangan emosional secara lebih mudah dibandingkan membaca materi psikologi dalam bentuk teks. Penggunaan warna yang lembut, ilustrasi naratif, serta bahasa yang komunikatif juga meningkatkan minat membaca dan kenyamanan pengguna selama mempelajari materi.

Temuan tersebut sejalan dengan teori Razzouk dan Shute (2012) mengenai Design Thinking, yang menekankan pentingnya pemahaman terhadap kebutuhan pengguna dalam menghasilkan solusi desain yang efektif. Hasil penelitian juga mengonfirmasi temuan Iskandar et al. (2025), bahwa peningkatan literasi mengenai trauma berkontribusi terhadap meningkatnya kesadaran kesehatan mental pada remaja. Akan tetapi, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan menghasilkan produk nyata berupa buku ilustrasi yang dapat digunakan sebagai media promotif, bukan hanya menjelaskan hubungan antarvariabel seperti penelitian-penelitian sebelumnya.

Dalam konteks praktik, buku ilustrasi memiliki potensi untuk dimanfaatkan sebagai media pendukung pembelajaran di sekolah maupun perguruan tinggi, media konseling, serta media promosi kesehatan mental oleh lembaga pendidikan maupun layanan psikologi. Integrasi antara konsep psikologi trauma dan desain komunikasi visual juga membuka peluang pengembangan media serupa dalam bentuk digital interaktif, seperti e-book, aplikasi, maupun motion graphic. Meskipun demikian, penelitian ini masih terbatas pada tahap pengembangan dan uji kelayakan sehingga efektivitas media terhadap perubahan perilaku jangka panjang belum dapat diukur secara komprehensif. Oleh karena itu, penelitian lanjutan diperlukan untuk menguji dampak penggunaan buku ilustrasi terhadap peningkatan literasi trauma dan kemampuan regulasi emosi melalui desain eksperimen.

Tabel 2. Hasil Respon Pengguna terhadap Buku Ilustrasi

No.	Indikator	Persentase (%)	Kategori
1	Tampilan menarik	96,2	Sangat Baik
2	Materi mudah dipahami	94,8	Sangat Baik
3	Ilustrasi membantu memahami isi	97,1	Sangat Baik
4	Bahasa komunikatif	93,9	Sangat Baik
5	Layak digunakan	95,6	Sangat Baik
Rata-rata		95,5	Sangat Baik

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan buku ilustrasi mengenai pengaruh trauma masa lalu terhadap perkembangan emosional remaja usia 18–24 tahun melalui metode Research and Development (R&D). Buku ilustrasi dikembangkan dengan mengintegrasikan konsep psikologi trauma dan prinsip desain komunikasi visual sehingga menghasilkan media edukasi yang informatif, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Hasil validasi ahli dan uji coba pengguna menunjukkan bahwa buku ilustrasi memiliki tingkat kelayakan yang sangat baik sehingga layak digunakan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai trauma, perkembangan emosional, dan pentingnya memperoleh bantuan profesional ketika diperlukan.

Buku ilustrasi ini dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi pada kegiatan pembelajaran, layanan bimbingan dan konseling, serta program promosi kesehatan mental bagi remaja. Penelitian selanjutnya disarankan mengembangkan media dalam format digital yang lebih interaktif serta menguji efektivitasnya melalui desain eksperimen dengan jumlah responden yang lebih besar dan karakteristik yang lebih beragam agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan memiliki tingkat generalisasi yang lebih tinggi.

REFERENSI

- Akbar, M. F. (2019). *Analisis Pasien Self-diagnosis Berdasarkan Internet Pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
 Ali, M., & Asrori, M. (2005). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: BumiAksara.
 Ambrose, G., & Harris, P. (2006). *The fundamentals of typography*. Ava Publishing.

- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Caplin, S., & Banks, A. (2003). *Complete Guide to Digital Illustration*. Watson-Guption Publications, Inc.
- Ellison, A., & Coates, K. (2014). *An introduction to information design*. Hachette UK.
- Follette, V. M., & Ruzek, J. I. (2007). *Cognitive behavioral therapies for trauma*. Guilford Press.
- Follette, V., & Pistorello, J. (2007). *Finding life beyond trauma: using acceptance and commitment therapy to heal from post-traumatic stress and trauma-related problems*. New Harbinger Publications.
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational research: An introduction*. Longman publishing.
- Hatta, K. (2016). Trauma dan Pemulihannya suatu kajian berdasarkan kasus pasca konflik dan tsunami. *Dakwah Ar-Raniry Press*. UIN Ar-Raniry Aceh.
- Holtzschue, Linda. (2025). *Understanding color : an introduction for designers*. Wiley.
- Iskandar, Y., Adriana, N. P., Utami, E. S., Elim, S. L. E., A. Z. N. A., & Arifin, A. A. J. (2025). Pengaruh Trauma Masa Lalu, Persepsi Diri, dan Promosi Kesehatan terhadap Kesadaran Kesehatan Mental pada Remaja. *Kaganga: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Riset Sosial Humaniora*, 8(1), 119–133. <https://doi.org/10.31539/KAGANGA.V8I1.13925>
- Kaligis, F. (2021). Riset: usia 16-24 tahun adalah periode kritis untuk kesehatan mental remaja dan anak muda Indonesia. *The Conversation*. <https://Theconversation.Com/Riset-Usia-16-24-Tahun-Adalah-Periode-Kritis-Untuk-Kesehatan-Mental-Remaja-Dan-Anak-Muda-Indonesia-169658>.
- Karima, F. H., Demartoto, A., & Murti, B. (2023). Effects of Social Support, Perceived Threat, and Witnessing Death on the Risk of Post-Traumatic Stress Disorder: Meta-Analysis. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 8(3), 396–409. <https://doi.org/10.26911/jepublichealth.2023.08.03.10>
- Maharsi, I. (2013). *Tipografi: Tiap font memiliki nyawa dan arti*. Media Pressindo.
- Miles, M., Huberman, A., & Saldana, J. (2020). *Qualitative Data Analysis: a Methods Sourcebook* (6th ed.). SAGE Publications.
- Rustan, S. (2008). *Layout dasar dan penerapannya*. Gramedia Pustaka Utama.
- Varese, F., Smeets, F., Drukker, M., Lieveverse, R., Lataster, T., Viechtbauer, W., Read, J., Van Os, J., & Bentall, R. P. (2012). Childhood adversities increase the risk of psychosis: a meta-analysis of patient-control, prospective-and cross-sectional cohort studies. *Schizophrenia Bulletin*, 38(4), 661–671.
- Wheeler, Alina., & Millman, Debbie. (2018). *Designing brand identity : an essential guide for the entire branding team*. John Wiley & Sons, Inc. https://books.google.com/books/about/Designing_Brand_Identity.html?hl=id&id=VLg6DwAAQBAJ
- Yehuda, R. (2002). Post-traumatic stress disorder. *New England Journal of Medicine*, 346(2), 108–114.