

ABSTRAK

Jennifer Claudy (01023180090)

PERANCANGAN ULANG BUKU *THE SELF-LOVE WORKBOOK FOR TEENS* KARYA SHAINNA ALI

(xiv + 93 halaman: 29 gambar; 7 tabel; 7 lampiran)

Akses yang terbatas serta stigma seputar topik kesehatan mental, terkhususnya *self-love*, menagkibatkan ketertutupan akan bantuan dan pengobatan. Hal ini seringkali ditemukan pada kalangan remaja, secara spesifik remaja perempuan. Buku *The Self-Love Workbook for Teens* adalah sebuah buku yang mengadaptasi konsep dari *journaling*. *Journaling* dipercayai sebagai media yang dapat bermanfaat bagi orang-orang yang bergumul dengan kesehatan mental tahap awal. Hal ini berfungsi sebagai tempat bagi seseorang untuk menyalurkan perasaan dan juga pemikiran mereka.

Buku *The Self-Love Workbook for Teens* memiliki konten yang dinilai baik dan juga mempraktekan teknik-teknik yang sering digunakan dalam konseling. Dengan potensi yang tinggi, buku ini masih kurang sesuai dengan target audiensnya, yaitu remaja. Hal ini dapat dilihat berdasarkan visual dari buku, yang minim dalam penggunaan warna serta ilustrasi yang kurang memiliki daya tarik. Perancangan ulang terhadap buku *The Self-Love Workbook for Teens* dilakukan dengan tujuan agar buku dapat menjadi lebih sesuai dengan target audiensnya, sehingga fungsi dan komunikasi dari buku dapat lebih tersampaikan. Dengan adanya penggunaan warna dan juga ilustrasi, pembaca dapat menjadi lebih terangsang secara emosional. Maka dari itu, diharapkan bahwa fungsi dari buku dapat dimanfaatkan secara maksimal, yaitu sebagai salah satu alternatif dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental tahap awal, khususnya *self-love*.

Referensi: 30 (1938-2020)

Kata kunci: *Self-Love*, Perancangan Ulang, *Workbook*, Kesehatan Mental

ABSTRACT

Jennifer Claudy (01023180090)

REDESIGN OF THE SELF-LOVE WORKBOOK FOR TEENS BY SHAINNA ALI

(xiv + 93 pages: 29 figures; 7 tables; 7 appendices)

Limited access and stigma around mental health issues, particularly self-love, results in people refusing to receive help and treatment. It is commonly found among adolescents, specifically adolescent girls. The Self-Love Workbook for Teens is a book that adapts the concept of journaling. Journaling is believed to be a useful medium for people struggling with early stages of mental health, where people can channel their feelings as well as their thoughts.

The Self-Love Workbook for Teens has great content, it puts counselling techniques that are often used into practice. Although having high potential content, the book itself doesn't fit to its target audience. This problem is identified based on the visuals of the book, which uses minimal colors and illustrations that are still lacking. The Self-Love Workbook for Teens redesign was carried out with the aim of making the book more suitable to the target audience, so that the function and communication of the book can be conveyed better. With the use of color and illustrations, readers can become more emotionally aroused. Therefore, it is hoped that the function of the book can be utilized optimally, namely as an alternative to overcoming early stages of self-love problems.

References: 30 (1938-2020)

Keywords: Self-Love, Redesign, Workbook, Mental Health