

# **Analisis Konten Buku Non Fiksi “*Into the Magic Shop: A Neurosurgeon’s Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart*” untuk Tahap Awal Perancangan Ilustrasi dalam Buku Non Fiksi**

**Phrasasti Catelleya Putri Irlan**

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Desain,  
Universitas Pelita Harapan  
pi70089@student.uph.edu

**Jessica Laurencia**

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Desain,  
Universitas Pelita Harapan  
jessica.laurencia@uph.edu

**Alfiansyah Zulkarnain**

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Desain,  
Universitas Pelita Harapan  
alfiansyah.zulkarnain@uph.edu

## **ABSTRAK**

Meningkatnya problematika mengenai kesehatan mental di kala pandemi *Covid-19* menjadi salah satu alasan mengapa *mental health awareness*, yang memang telah menjadi topik hangat beberapa akhir tahun ini semakin marak diperbincangkan dan dibahas melalui berbagai media. Dapat dikatakan, topik kesehatan mental sangat diperhatikan oleh khususnya kalangan remaja di Indonesia. Banyaknya informasi dan edukasi yang dapat diakses dengan mudah entah itu melalui forum diskusi ataupun media sosial, terkadang justru membuat para remaja menerima terlalu banyak informasi, sehingga terasa *overwhelming* dan bingung harus dimulai dari mana. Ditambah dengan *stigma* yang masih dianut oleh golongan orangtua remaja saat ini mengakibatkan para remaja tersebut sulit untuk mendapatkan bantuan dari profesional yang biayanya relatif kurang terjangkau bagi kaum remaja. Maka itu, meditasi dan membaca buku dapat dijadikan salah satu metode yang bermanfaat bagi para remaja yang membutuhkan bantuan kesehatan mental pada tahap awal. Namun, karena budaya membaca sangatlah kurang di Indonesia, membaca buku non fiksi yang hanya dipenuhi tulisan, akan membosankan bagi remaja yang terbiasa melihat elemen visual dan warna melalui media sosial. Maka itu perancangan visual untuk buku non fiksi “*Into the Magic Shop: A Neurosurgeon’s Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart*” oleh James R. Doty, MD diharapkan dapat membantu agar konten dan isi dari buku tersebut menjadi lebih praktis dan efektif sehingga dapat dijadikan alternatif bantuan awal bagi remaja yang menghadapi isu kesehatan mental di Indonesia.

Kata Kunci: Kesehatan Mental Remaja, *Self-help*, Perancangan Visual

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental memang menjadi salah satu hal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia. Kesehatan mental sendiri sangat berpengaruh terhadap banyak aspek dalam kehidupan sehari-hari. Kesehatan mental sendiri merupakan keadaan dimana seorang manusia sehat secara utuh dari segi fisik, rohani, dan juga sosial. Bukan hanya suatu keadaan fisik yang bebas dari sakit penyakit, cacat atau kelemahan (Smet, 1994). Kesehatan di segala aspek dinilai sangat penting dan krusial bagi seorang manusia untuk dapat menjalankan kehidupan dengan baik dan sehat. Menurut studi yang dilakukan oleh badan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) terhadap prevalensi depresi penduduk di Indonesia tahun 2018, menunjukkan hasil bahwa terdapat 6,1% anak usia 15 hingga 24 tahun yakni setara dengan 16 juta individu yang menunjukkan gejala depresi dan kecemasan.

Walaupun isu *mental health* sudah lebih terbuka dan marak di Indonesia, hal tersebut hanya mencakup kaum remaja dan muda mudi di Indonesia. Keterbukaan mengenai isu kesehatan mental dan akses untuk mendapatkan bantuan profesional dirasa masih tergolong sulit. Menurut salah satu riset yang dilakukan oleh UNICEF pada tahun 2020 terhadap 600 partisipan lebih berasal dari seluruh dunia, dengan terjadinya pandemi *Covid-19*, sekitar 53% dari responden tersebut mengatakan bahwa mereka merasa tertekan untuk menjadi produktif di kala pandemi, dan 35% nya menyatakan bahwa mereka mengalami stress yang akhirnya mengakibatkan mereka kehilangan konsentrasi selama belajar melalui daring karena merasa semakin mudah merasa marah ataupun kesal.

Selama era pandemi *covid-19* berlangsung, para remaja yang sedang berada dalam periode umur mengeksplorasi diri dan bersosialisasi secara langsung, dipaksa untuk berdiam diri di rumah dan hanya berkomunikasi melalui daring. Akibatnya, gejala depresi dan kecemasan pada kalangan remaja meningkat jumlahnya. Seperti yang sudah dikatakan sebelumnya, *mental health state* seseorang merupakan hal yang penting bagi seluruh aspek kehidupan seorang individu. Namun, sayangnya, depresi dan kecemasan bukanlah hal yang mudah sembuh dengan sendirinya, dibutuhkan bantuan profesional yang ahli dalam bidang tersebut. Di Indonesia sendiri sebenarnya sudah cukup banyak praktik profesional yang dapat dihubungi dan dijadikan sumber bantuan, namun karena masih banyaknya *stigma* yang dipegang oleh orangtua para remaja bahwa kesehatan mental bukan masalah medik, melainkan disebabkan oleh faktor lain, terutama faktor agama, menjadikan akses remaja untuk mendapatkan bantuan secara profesional menjadi sangat sulit. Karena itu, para remaja yang erat hubungannya dengan media sosial, memilih untuk mencari bantuan melalui *platform* tersebut.

Dengan berkembangnya isu kesehatan mental yang semakin terbuka untuk didiskusikan, membuat banyak sekali informasi yang sebenarnya dapat membantu para remaja untuk mengatasi masalah gangguan depresi dan kecemasannya. Namun, karena terlalu banyak informasi yang diterima, maka hal tersebut justru membuat para remaja merasa kewalahan untuk memproses dan bingung untuk memulai darimana. Maka itu, penulis ingin mengangkat buku *"Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of*

*the Heart*” karya James R. Doty, MD, yang isinya berbicara mengenai bagaimana ia sendiri menghadapi depresi dan kecemasan untuk menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Di dalam buku tersebut, Doty berbagi kisah mengenai hidupnya yang pelik dan mengajarkan beberapa teknik praktik mengenai meditasi untuk membantu dirinya menjadi lebih tenang.

Menurut studi Kemendikbud yang dilakukan oleh Solihin, Utama, Pratiwi, dan Novirina (2019) menyatakan bahwa kebiasaan perilaku literasi masyarakat Indonesia relatif rendah (p. 53-56). Isu ini dinilai berkaitan dengan bentuk konten yang relatif repetitif (dipenuhi teks) sehingga tidak mendukung kemampuan penglihatan manusia yang eksploratif dan aktif (Arnheim, 1974, p. 42-43). Gambaran visual ataupun sebuah objek dinilai sebagai ekspresi mengenai sebuah ide tentang bagaimana manusia mencoba untuk mewujudkan sebuah informasi dalam bentuk nyata. Menurut, John Heskett ada dua aspek yang sangat penting dalam proses mendesain atau merancang sebuah buku, yaitu; perancangan sampul buku (ekterior) dan perancangan interior pada buku (yakni meliputi layout, tipografi, pemilihan warna, dan penggunaan ilustrasi). Kedua aspek tersebut saling berpengaruh satu sama lain, sehingga menghasilkan satu kesatuan yang nantinya menjadi sebuah suatu sistem yang telah dirancang oleh desainer. Sistem yang telah dirancang oleh desainer tersebut merupakan sekelompok elemen yang berkaitan satu sama lain, saling terkait, dan saling bergantung, sehingga secara keseluruhan dapat membentuk suatu entitas yang kolektif (Heskett, 2005, p. 215).

Penulis memutuskan untuk memilih media buku non fiksi berilustrasi secara fisik bukan digital, dikarenakan membaca buku fisik dinilai dapat membantu pembacanya untuk rileks. Pada tahun 2009, *University of Sussex* melakukan riset mengenai kegiatan membaca buku. Hasil riset tersebut menyatakan bahwa kegiatan membaca buku dinilai dapat mengurangi stress hingga 68%. Membaca buku dinilai lebih cepat dan efektif daripada mendengarkan musik atau meminum secangkir teh hangat. Gerakan membalik halaman saat membaca buku fisik dinilai membantu tubuh menjadi lebih rileks karena menurunkan detak jantung dan mengurangi ketegangan pada otot (Tucker, 2014, p. 41).

Melalui pembahasan di atas, perancangan visual untuk buku non fiksi “*Into the Magic Shop: A Neurosurgeon’s Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart*” dilakukan sebagai upaya untuk membantu para remaja yang lebih *familiar* dengan algoritma bergambar di media sosial, lebih mudah dalam memahami konten buku “*Into the Magic Shop: A Neurosurgeon’s Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart*” ini. Perancangan ilustrasi bagi buku non fiksi ini juga diharapkan dapat menjadi pertolongan pada tahap awal bagi para remaja yang mengalami gejala depresi dan kecemasan.

## **KAJIAN TEORI**

### **Ilustrasi**

Ilustrasi merupakan sebuah *term* yang berasal dari kata “*illustrare*” dalam bahasa Latin yang berarti menerangi atau memurnikan. Kata “*illustrate*” sendiri dalam

kamus *The American Heritage of The English Language*, mempunyai arti untuk memperjelas atau memberi penjelasan melalui contoh, analogi atau perbandingan, dan mendekorasi. Ilustrasi sendiri hadir sebagai sebuah gambar yang berfungsi untuk menjadi sarana penjelasan suatu kejadian. Ilustrasi dinilai sebagai sebuah gambar yang bertujuan untuk melukiskan tujuan tertentu (Soedarso, 1990). Ilustrasi dianggap dapat membantu menjelaskan makna dari sebuah tulisan hingga membantu para audiens untuk memahami makna yang ingin disampaikan (Rohidi, 1984). Menurut pemaparan oleh museum ilustrasi nasional di Rhode Island, USA, ilustrasi merupakan sebuah penggabungan ekspresi personal melalui sebuah representasi visual yang berguna untuk menyampaikan sebuah ide atau gagasan.

### **Ilustrasi sebagai Media Komunikasi**

Dikutip dari sebuah jurnal karya Joneta Witabora (2012) yang berjudul "Peran dan Perkembangan Ilustrasi", dikatakan bahwa Sejak abad ke 19, ilustrasi biasanya digunakan sebagai sebuah metode untuk merekam dunia fisik dan intelektual, biasanya ilustrasi sering ditemukan dalam buku pendidikan dan ensiklopedia. Para ilmuwan seringkali mendokumentasi atau mencoba menjelaskan subjek penelitiannya melalui ilustrasi agar dapat dijelaskan dengan lebih detail dan rinci. Ilustrasi juga kerap sering ditemukan dalam dunia kedokteran sebagai bantuan ilustrasi medis anatomi dan sering digunakan untuk tujuan pendidikan dan pelatihan. Ilustrasi juga digunakan sebagai sebuah metode untuk merekonstruksi sebuah kejadian penting. Secara umum, ilustrasi merupakan sebuah media komunikasi yang komprehensif sehingga sebuah informasi lebih mudah dicerna saat disampaikan melalui visual. Ilustrasi berhasil menjadi sebuah penjelasan yang lebih jelas dari sebuah hal sederhana hingga hal kompleks sekalipun.

### **Fungsi Ilustrasi**

Hadirnya ilustrasi dalam sebuah karya juga memiliki berbagai fungsi yang dapat dikategorikan menjadi empat fungsi umum sebagai berikut:

#### **1. Fungsi Deskriptif**

Ilustrasi digunakan sebagai pengganti suatu uraian verbal atau naratif untuk menjabarkan makna dari sebuah tulisan yang panjang dengan sebuah gambar, agar lebih mudah dan cepat untuk dipahami.

#### **2. Fungsi Ekspresif**

Ilustrasi berfungsi untuk menggambarkan dan menyatakan suatu gagasan atau ide, maksud, situasi atau bahkan konsep abstrak secara nyata melalui sebuah gambar.

#### **3. Fungsi Analitis atau Struktural**

Ilustrasi berfungsi untuk menunjukkan gambar secara rinci dari sebuah gagasan ide atau teks sehingga dapat dicermati oleh lebih rinci oleh audiens.

#### **4. Fungsi Kualitatif**

Fungsi ini biasanya digunakan dalam membuat daftar, tabel, grafik, kartun, foto, gambar, sketsa, dan simbol.

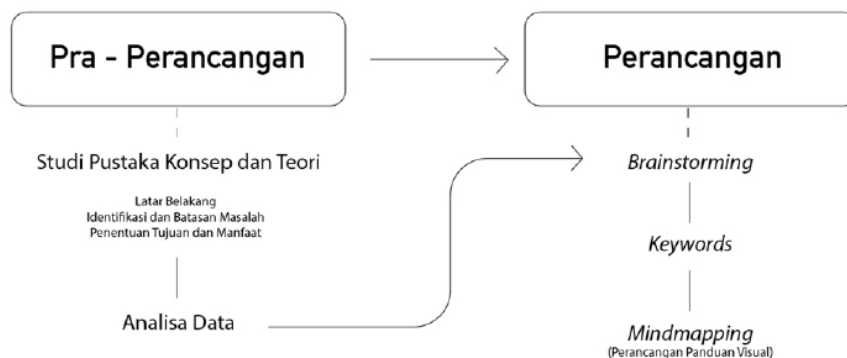
## METODOLOGI

Perancangan proyek ini akan dilakukan menggunakan strategi perancangan yang ditulis oleh Robin Landa dalam bukunya, *Graphic Design Solutions* yang disebut dengan *The Design Process* (Landa, 2011, p.22-102). Dalam proses ini, terdapat lima tahapan berurutan, yaitu; *Orientation* (Orientasi), *Analysis* (Analisa), *Conception* (Penentuan Konsep), *Design* (Desain), dan *Implementation* (Implementasi).



**Gambar 1 Bagan Metodologi Desain Landa “Lima Fase dalam Proses Desain Grafis”.**  
(Sumber: Irlan, 2021)

Setelah menyelesaikan lima fase sebelumnya, maju ke tahapan selanjutnya, yaitu *debriefing*, yang berarti fase dimana hasil akhir yang telah dibuat diulas kembali. Berikut ini merupakan strategi perancangan yang digunakan dalam menyusun proyek pembuatan buku non fiksi berilustrasi “*Into the Magic Shop: A Neurosurgeon’s Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart*”. Proses ini diawali dengan tahap ‘pra-perancangan’ yakni dilakukannya studi pustaka mengenai topik serta konsep hingga teori yang akan digunakan. Hal ini dilakukan guna untuk menulis latar belakang, identifikasi dan batasan masalah, hingga menentukan tujuan dan manfaat dari perancangan proyek ini. Selanjutnya akan dilakukan analisis informasi dan konten yang diperoleh dari sumber yang digunakan sebagai entitas. Setelah dianalisa, akan mulai memasuki tahap ‘perancangan’ dimana proses *brainstorming* akan dilakukan demi mendapatkan kata kunci visual yang nantinya dijadikan sebagai panduan dalam merancang visual. Apabila kata kunci visual didapatkan, setelah itu dilanjutkan ke dalam tahap ‘perancangan’ dengan membuat *moodboard* untuk memperkuat dan memperjelas panduan visual yang hendak digunakan.

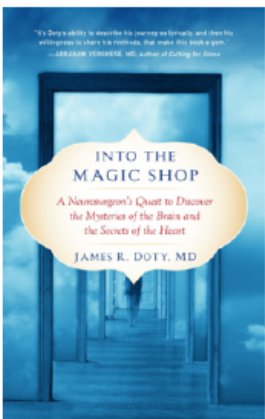


**Gambar 2 Skema Proses Pencarian Kata Kunci Visual pada Awal Perancangan.**  
(Sumber: Irlan, 2021)

## PEMBAHASAN

Buku non fiksi "Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart" yang ditulis oleh James R. Doty. MD merupakan sebuah buku biografi dan *memoir* yang ditulis berdasarkan pengalaman pribadi James R. Doty. MD sendiri. Per tanggal 2 Oktober 2021, buku *Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart* sudah dinilai oleh 13.096 akun dengan nilai rata-rata 4.25 dari 5 bintang dan telah diulas oleh 1.514 pembaca pada situs *Goodreads*.

Tabel 1 Data Umum Entitas (Sumber: Irlan, 2021)

 <p>(sumber: Amazon)</p>	<p><b>"Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart"</b></p>	
	<b>Penulis</b>	James R. Doty. MD
	<b>Tanggal Terbit</b>	2 Februari 2016 Reprint - 14 Februari 2017
	<b>Penerbit</b>	Avery - Penguin Books USA
	<b>ISBN-10 / ISBN-13</b>	1594632987 / 978-0399183645
	<b>Jumlah Halaman</b>	288 halaman
	<b>Bahasa</b>	Inggris
<b>Format Penerbitan</b>	Paperbacks, Hardcover, Kindle, Audiobook	

## Rincian Buku

Tabel 2 Data Pembedahan Rincian Isi Buku (Sumber: Irlan, 2021)

No.	Chapter	Bab	Hal.	Jumlah Hal.
1	<i>Introduction: Beautiful Things</i>		17	7
2	<i>Part One: Into the Magic Shop</i>	<i>One: Real Magic</i>	25	8
		<i>Two: A Body at Rest (Ruth's Trick #1)</i>	34	22
		<i>Three: Thinking About Thinking (Ruth's Trick #2)</i>	57	17
		<i>Four: Growing Pains (Ruth's Trick #3)</i>	75	17
		<i>Five: Three Wishes (Ruth's Trick #4)</i>	93	17





Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, tema besar dari buku ini adalah nonfiksi autobiografi - *memoir*, *self-help*, dan psikologi. Seperti tabel di atas, buku ini dibagi menjadi per bagian. Bagian pertama "*Into the Magic Shop*" menceritakan mengenai nostalgia, dengan latar belakang *Lancaster*, Amerika pada tahun 1968 dan memiliki panduan "trik sulap" yang diajarkan oleh karakter Ruth. Bagian kedua "*The Mysteries of the Brain*", menceritakan bagian penulis tumbuh besar mencoba mengaplikasikan apa yang telah dipelajari sebelumnya. Bagian ketiga "*The Secrets of the Heart*", memiliki tema masa kini di saat sang penulis telah menjadi ahli bedah syaraf dan mencoba untuk menggali informasi kembali dari masa lalunya (seperti cerita dalam bagian pertama). Buku ini tidak memiliki ilustrasi sama sekali dan dipenuhi dengan teks. Dalam segi penulisan, buku ini memiliki alur campuran (mikro) dan alur maju-mundur (makro).

### **SIMPULAN & REKOMENDASI**

Kala terjadinya pandemi covid-19 memang sangat berdampak bagi kehidupan masing-masing individu. Salah satu hal yang berdampak adalah kesehatan mental. Gejala depresi dan kecemasan pun meningkat pesat terutama di kalangan remaja. Akses untuk mendapatkan bantuan profesional secara langsung pun masih sangat terbatas, karena remaja tidak memiliki kekuatan finansial untuk dirinya sendiri. Maka itu, mengakses informasi mengenai kesehatan mental melalui media sosial dinilai ideal bagi kaum remaja. Namun, karena banyaknya informasi yang diterima tanpa adanya pengetahuan akan kesehatan mental yang solid secara akademis dan profesional, maka informasi tersebut memiliki kendala untuk dicerna dan dilakukan. Karena itu, kegiatan membaca buku menjadi salah satu alternatif sumber bantuan tahap awal untuk mengenal isu kesehatan mental secara lebih formal.

Kegiatan membaca sendiri dapat memberikan periode jeda sebagai pelarian dunia nyata dan menjadi sarana hiburan. Dalam hal mengenai buku *Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart* ini, selain menambah kegiatan membaca demi relaksasi tubuh, konten buku ini juga dapat menjadi sumber bantuan praktis mengenai meditasi untuk menjaga kesehatan mental. Berangkat dari isu ini, penulis memutuskan untuk melakukan pengembangan perancangan visual terhadap entitas ini. Diharapkan dengan adanya pengembangan perancangan visual terhadap konten entitas yang dipilih, kaum pembaca remaja di Indonesia dapat lebih mudah dalam mengerti konten buku ini dan merasa terbantu dalam mengatasi gejala depresi dan kecemasan tahap awal yang dialami.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Arnheim, R. (1997). *Art and visual perception* (pp. 42-43). London: University of California Press, Ltd.

Bart, Smet. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasama Indonesia. Retrieved from [http://repository.maranatha.edu/21938/8/1230195\\_References.pdf](http://repository.maranatha.edu/21938/8/1230195_References.pdf)

Carton, Anna. (2018). *Role Of Book Cover Design In Your Book's Success*. retrieved from <https://www.designhill.com/design-blog/role-of-book-cover-design-in-your-books-success/>



Heskett, J. (2005). *Design*. New York: Oxford University Press.

Haslam, A. (2006). *Book design* (pp. 6-60). Laurence King Publishing Ltd.

Into the Magic Shop: A Neurosurgeon's Quest to Discover the Mysteries of the Brain and the Secrets of the Heart. (2021). *Goodreads*. Retrieved from <https://www.goodreads.com/book/show/26256472-into-the-magic-shop>

Lewis, D. (2009), *Galaxy Stress Research*. Mindlab International, Sussex University, UK. Retrieved from <https://www.takingcharge.csh.umn.edu/reading-stress-relief>

Landa, R. (2011). *Graphic Design Solutions* (4th ed.). Boston, MA: Wadsworth/Cengage Learning.

Reza, F. (2019). *Pengayaan Perancangan Buku Kartun Opini Perilaku Penumpang Dan Pengemudi Ojek Online*. Retrieved from <http://repository.unpas.ac.id/id/eprint/43822>

RI, Kementerian Kesehatan (2018). *Laporan Riskesdas 2018*. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/InfoDatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>

Solihin, L., Utama, B., Pratiwi, I., & Novirina. (2019). *Indeks aktivitas literasi membaca 34 provinsi* (pp. 53-56). Jakarta: Pusat Penelitian Kebijakan Pendidikan dan Kebudayaan, Badan Penelitian dan Pengembangan, Kementerian. Retrieved from [http://repositori.kemdikbud.go.id/13033/1/Puslitjakdikbud\\_Indeks%20Aktivitas%20Literasi%20Membaca%2034%20Provinsi](http://repositori.kemdikbud.go.id/13033/1/Puslitjakdikbud_Indeks%20Aktivitas%20Literasi%20Membaca%2034%20Provinsi)

Tucker, E. J. (2014). *Simply stress : stress management exercises, strategies & techniques*. (2nd ed., pp. 41-42). Shepherd Creative Learning.

Wilander, UNICEF (2020). *Young people take the lead on mental health*. Retrieved September 21, 2021, from UNICEF website: <https://www.unicef.org/indonesia/coronavirus/stories/young-people-take-lead-mental-health>

Witabora, J. (2012). *PERAN DAN PERKEMBANGAN ILUSTRASI*. retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/167371-ID-peran-dan-perkembangan-ilustrasi.pdf>

Zeegen, L. (2005). *The Fundamentals of Illustration*. Laussane, Switzerland: AVA.