

PROYEK AKHIR

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI DENGAN JURNAL AKTIVITAS
UNTUK MENDUKUNG PROSES PEMULIHAN PSIKOLOGIS
KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Terapan



**POLITEKNIK
TEMPO**

Disusun Oleh:
ANGELA BENEDICTA IVANA
NIM: 211110001

Program Studi Desain Media

Politeknik Tempo

Jakarta

2025

PROYEK AKHIR

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI DENGAN JURNAL AKTIVITAS
UNTUK MENDUKUNG PROSES PEMULIHAN PSIKOLOGIS
KORBAN KEKERASAN SEKSUAL



**POLITEKNIK
TEMPO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Program Sarjana Terapan Desain Media

Disusun Oleh:
ANGELA BENEDICTA IVANA
211110001

Program Studi Desain Media
Politeknik Tempo Jakarta
2025

 POLITEKNIK TEMPO	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI POLITEKNIK TEMPO PROGRAM STUDI DESAIN MEDIA	Form TA-10
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR		

**“PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI DENGAN JURNAL AKTIVITAS UNTUK MENDUKUNG
PROSES PEMULIHAN PSIKOLOGIS KORBAN KEKERASAN SEKSUAL”**

Disusun oleh :

Angela Benedicta Ivana

211110001

Diterima dan Disetujui untuk dipertahankan pada Ujian Sidang Tugas Akhir

Menyetujui,

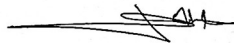
Jakarta, 10 Juni 2025

Pembimbing I



Cindy, S.Sn., M.Ds.
0321028901

Pembimbing II



Beny Maulana, S.sn, M.ds.
0323018202

Menyetujui,

Ketua Program Studi Desain Media



Cindy, S.Sn., M.Ds.
0321028901

 POLITEKNIK TEMPO	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI POLITEKNIK TEMPO PROGRAM STUDI DESAIN MEDIA	Form TA-16
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI		

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Angela Benedicta Ivana

Tempat/Tanggal lahir : Bogor, 29 September 2003

NIM : 211110001

Program Studi : Desain Media

Judul Tugas Akhir : Perancangan Buku Ilustrasi dengan Jurnal Aktivitas untuk Mendukung
Proses Pemulihan Psikologis Korban Kekerasan Seksual

Dosen Pembimbing : 1. Cindy, S.Sn., M.Ds.

2. Beny Maulana, S.sn, M.ds.

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya buat benar-benar hasil karya sendiri dan saya bertanggung jawab secara akademis atas apa yang saya tulis.

Pernyataan ini dibuat sebagai salah satu syarat menempuh Ujian Tugas Akhir.

Jakarta, 10 Juni 2025



211110001

**Perancangan Buku Ilustrasi dengan Jurnal Aktivitas untuk Mendukung Proses
Pemulihan Psikologis Korban Kekerasan Seksual**

Nama : Angela Benedicta Ivana Oley
NIM : 211110001
Pembimbing : Cindy, S.Sn., M.Ds.
Beny Maulana, S.sn, M.ds.

ABSTRAK

Kekerasan seksual terhadap perempuan merupakan salah satu isu sosial yang masih marak terjadi dan berdampak pada kondisi psikologis korban, seperti trauma, kecemasan, dan rasa tidak berdaya. Sayangnya, tidak semua korban memiliki akses ke dukungan profesional seperti psikolog atau konselor. Oleh karena itu, penulis merancang sebuah buku ilustrasi dengan jurnal aktivitas yang dapat menjadi media alternatif dalam mendampingi proses pemulihan psikologis korban kekerasan seksual. Buku ini menyajikan narasi cerita dari karakter fiksi bernama Harper, ilustrasi visual, serta aktivitas *journaling* berbasis pendekatan Terapi Perilaku Kognitif (CBT). Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan psikolog, serta studi literatur terkait *self-healing* dan trauma. Buku dirancang dalam bentuk cetak berukuran A5 dengan bahan *bookpaper* pada isi buku dan sampul *Hard Cover*. Media pendukung meliputi poster, pin, pembatas buku, *tote bag*, gantungan kunci, dan X-banner. Karya ini dapat menjadi ruang aman bagi perempuan korban kekerasan seksual dalam proses pemulihan diri secara mandiri.

Kata Kunci : Kekerasan seksual, *journaling*, buku ilustrasi.

Design of an Illustrated Book with Activity Journal to Support the Psychological Recovery Process of Sexual Violence Survivors

Nama : Angela Benedicta Ivana Oley
NIM : 211110001
Pembimbing : Cindy, S.Sn., M.Ds.
Beny Maulana, S.sn, M.ds.

ABSTRACT

Sexual violence against women remains a prevalent social issue with profound psychological impacts on survivors, including trauma, anxiety, and feelings of helplessness. Unfortunately, not all survivors have access to professional support such as psychologists or counselors. In response, the author has designed an illustrated book combined with journaling activities as an alternative medium to support the psychological recovery process of sexual violence survivors. This book features a narrative centered around a fictional character named Harper, accompanied by visual illustrations and journaling activities based on the Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach. Data were collected through observation, interviews with psychologists, and a literature review on self-healing and trauma. The book is designed in printed A5 format, using bookpaper for the inner pages and a hardcover for the cover. Supporting media include posters, pins, bookmarks, tote bags, keychains, and X-banners. This work aims to serve as a safe space for women survivors of sexual violence to begin their personal healing journey independently.

Keywords : Sexual violence, journaling, illustrated book.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas rahmat yang diberikan Tuhan Yang Maha Esa sehingga penulis mampu menyelesaikan Proposal Tugas Akhir dengan judul “Perancangan Ilustrasi Visual dari buku *“Scars and Other Beautiful Things”* untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Mengenai Dampak Psikologis Kekerasan Seksual Terhadap Wanita”. Proposal ini dirancang sebagai pemenuhan persyaratan akademis untuk menyelesaikan Program Studi D4 Desain Media di Politeknik Tempo. Selama proses penyusunan proposal, banyak pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan yang berharga. Oleh karena itu, rasa terima kasih yang mendalam ditunjukkan kepada:

1. Kedua orang tua dan kakak-kakak yang tidak pernah berhenti memberikan dukungan moral, materil, dan doa hingga saat ini.
2. Kak Cindy, S.Sn., M.Ds. dan Kak Beny Maulana selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberi arahan dan masukan.
3. Kak Henry Wijaya, S.Ds., M.Ds. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan arahan, saran, serta masukan.
4. Bapak Shalfi Andri, S.P., M.M. selaku Direktur Politeknik Tempo yang selalu mendukung dan memberikan saya motivasi selama perkuliahan.
5. Bang Brando Franco Windah selaku panutan saya yang selalu menemani, menghibur, dan memberi saya motivasi secara *online*.
6. Kevin Nathaniel yang senantiasa membantu dan memberi dukungan moral maupun materil.
7. Jean Putri Amelia yang selalu memberi saya motivasi dan dukungan moral.
8. Serta semua teman-teman Desain Media 2021 yang senantiasa menunjukkan dukungan dan bantuan sepanjang masa perkuliahan hingga saat ini.

Jakarta, 11 Juni 2025

Angela Benedicta Ivana

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG	iii
PERNYATAAN KARYA SENDIRI	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. LATAR BELAKANG	1
1.2. IDENTIFIKASI MASALAH	6
1.3. BATASAN MASALAH	7
1.4. RUMUSAN MASALAH	7
1.5. TUJUAN	7
1.6. MANFAAT	8
1.6.1. MANFAAT PRAKTIS	8
1.6.2. MANFAAT AKADEMIS	8
1.7. METODE PENELITIAN	9
1.7.1. PENELITIAN PUSTAKA	9
1.7.2. WAWANCARA	10
1.7.3. OBSERVASI	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1. KAJIAN TEORI	12
2.1.1. KEKERASAN SEKSUAL	12

2.1.1.1. PENGERTIAN KEKERASAN SEKSUAL	12
2.1.1.2. JENIS-JENIS KEKERASAN SEKSUAL	12
2.1.1.3. DAMPAK PSIKOLOGIS KEKERASAN SEKSUAL	13
2.1.2. TERAPI KOGNITIF PERILAKU	13
2.1.3. JOURNALING	15
2.1.3.1. PENGERTIAN <i>JOURNALING</i>	15
2.1.3.2. MANFAAT <i>JOURNALING</i>	16
2.1.3.3. JENIS-JENIS <i>JOURNALING</i>	17
2.1.4. ILUSTRASI	18
2.1.4.1. PENGERTIAN ILUSTRASI	18
2.1.4.2. ILUSTRASI DALAM MEDIA BUKU.....	18
2.1.5. TEORI WARNA	18
2.1.6. BUKU	19
2.1.7. TIPOGRAFI	20
2.1.7.1. PENGERTIAN TIPOGRAFI	20
2.1.7.2. ELEMEN-ELEMEN TIPOGRAFI	20
2.2. PENELITIAN TERDAHULU	21
2.3. KERANGKA TEORI	23
2.4. KERANGKA KONSEPTUAL	23
BAB III METODE KAJIAN	24
3.1. METODE PERANCANGAN	24
3.2. TAHAPAN PERANCANGAN	24
3.2.1. LOKASI PENELITIAN	24
3.2.2. PENGUMPULAN DATA	25
3.2.3. ANALISIS DATA	26
3.2.3.1. OBSERVASI.....	26

3.2.3.2. WAWANCARA.....	27
3.2.3.3. STUDI LITERASI	29
3.2.3.4. PENARIKAN KESIMPULAN	29
3.2.4. KONSEP KREATIF	30
3.2.4.1. STRATEGI KREATIF.....	30
3.2.4.2 KONSEP PERANCANGAN KARYA	30
3.2.5. PROSES PERANCANGAN	33
3.2.5.1 PENYUSUNAN STRUKTUR DAN NASKAH BUKU.....	33
3.2.5.2. PENYUSUNAN AKTIVITAS PEMBACA	33
3.2.5.3. PERANCANGAN VISUAL DAN ILUSTRASI	33
3.2.5.4. LAYOUT DAN KOMPOSISI HALAMAN	33
3.2.5.5. FINALISASI	33
3.2.6. EVALUASI DAN FINALISASI	34
3.3. TARGET AUDIENS	34
3.4. MEDIA DAN FORMAT	34
3.4.1. MEDIA PENDUKUNG	34
3.4.2. FORMAT BUKU	35
3.5. ALAT DAN <i>SOFTWARE</i> PENDUKUNG	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1. HASIL DAN ANALISIS DATA	36
4.1.1. HASIL OBSERVASI	36
4.1.2. HASIL WAWANCARA	37
4.1.2.1. REKAMAN TRAUMA DALAM MEMORI	38
4.1.2.2. PEMULIHAN EMOSI DAN BATASAN PERSONAL	38
4.1.2.3. <i>COGNITIVE RESTRUCTURING</i> (RESTRUKTURISASI KOGNITIF)	40

4.1.2.4. PENDEKATAN HOLISTIK LAINNYA	41
4.1.3. HASIL STUDI LITERATUR	41
4.1.3.1. DAMPAK PADA SISTEM SARAF DAN OTAK	42
4.1.3.2. DAMPAK PSIKOLOGIS DAN EMOSIONAL	42
4.1.3.3. DAMPAK RELASIONAL DAN SOSIAL	42
4.1.3.4. PENTINGNYA PEMULIHAN YANG TERINTEGRASI	43
4.2. KESIMPULAN HASIL DATA	45
4.3. HASIL PERANCANGAN	46
4.3.1. PROSES ILUSTRASI	46
4.3.2. LAYOUT BUKU	48
4.3.2.1. COVER BUKU	48
4.3.2.2. HALAMAN AWAL.....	49
4.3.2.3. CHAPTER	50
4.3.2.4. ISI	52
4.3.2.5. IMPLEMENTASI	78
BAB V PENUTUP	82
5.1. KESIMPULAN	82
5.2. IMPLIKASI	82
5.3. SARAN	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Halaman 16 dan 17 Buku Lerem	22
Gambar 4.1 Foto referensi	47
Gambar 4.2 Gambar hasil	47
Gambar 4.3 Foto referensi	47
Gambar 4.4 Gambar hasil 2	47
Gambar 4.5 Foto referensi	48
Gambar 4.6 Gambar hasil 2	48
Gambar 4.7 cover depan buku	49
Gambar 4.8 cover belakang buku	49
Gambar 4.9 Halaman awal buku	49
Gambar 4.10 Chapter pengenalan	50
Gambar 4.11 Chapter 1	50
Gambar 4.12 Chapter 2	51
Gambar 4.13 Chapter 3	51
Gambar 4.14 Chapter penutup	52
Gambar 4.15 Isi	52
Gambar 4.16 Isi	53
Gambar 4.17 Isi	53
Gambar 4.18 Isi	54
Gambar 4.19 Isi	54
Gambar 4.20 Isi	55
Gambar 4. 21 Isi	55
Gambar 4.22 Isi	56

Gambar 4.23 Isi	56
Gambar 4.24 Isi	57
Gambar 4.25 Isi	57
Gambar 4.26 Isi	58
Gambar 4.27 Isi	58
Gambar 4.28 Isi	59
Gambar 4.29 Isi	59
Gambar 4.30 Isi	60
Gambar 4.31 Isi	60
Gambar 4.32 Isi	61
Gambar 4.33 Isi	61
Gambar 4.34 Isi	62
Gambar 4.35 Isi	62
Gambar 4.36 Isi	63
Gambar 4.37 Isi	63
Gambar 4.38 Isi	64
Gambar 4.39 Isi	64
Gambar 4.40 Isi	65
Gambar 4.41 Isi	65
Gambar 4.42 Isi	66
Gambar 4.43 Isi	66
Gambar 4.44 Isi	67
Gambar 4.45 Isi	67
Gambar 4.46 Isi	68
Gambar 4.47 Isi	68

Gambar 4.48 Isi	69
Gambar 4.49 Isi	69
Gambar 4.50 Isi	70
Gambar 4.51 Isi	70
Gambar 4.52 Isi	71
Gambar 4.53 Isi	71
Gambar 4.54 Isi	72
Gambar 4.55 Isi	72
Gambar 4.56 Isi	73
Gambar 4.57 Isi	73
Gambar 4.58 Isi	74
Gambar 4.59 Isi	74
Gambar 4.60 Isi	75
Gambar 4.61 Isi	75
Gambar 4.62 Isi	76
Gambar 4.63 Isi	76
Gambar 4.64 Isi	77
Gambar 4.65 Isi	77
Gambar 4.66 <i>Mockup</i> buku	78
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> pembatas <i>buku</i>	78
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> gantungan kunci	79
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> pin	79
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> tote bag	80
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> poster	80
Gambar 4.60 <i>Mockup</i> x-banner	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 6.1 Wawancara dengan Dr. Linota 1	88
Lampiran 6.2 Wawancara dengan Dr. Linota 2	88
Lampiran 6.3 Poster informasi pertemuan tertutup	88
Lampiran 6.4 Proses menggambar	89
Lampiran 6.5 Proses pengerjaan InDesign 1	89
Lampiran 6.6 Proses pengerjaan InDesign 2	89
Lampiran 6.7 Proses menggambar 2	89
Lampiran 6.8 Foto referensi	90
Lampiran 6.9 Gambar hasil	90
Lampiran 6.10 Foto referensi	90
Lampiran 6.11 Gambar hasil 2	90
Lampiran 6.12 Foto referensi	90
Lampiran 6.13 Gambar hasil 2	90