

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

V.1. Kesimpulan

Distimia adalah sebuah gangguan depresi jangka panjang dan orang yang menderita distimia pada umumnya akan tidak mempunyai minat untuk melakukan kegiatan sehari-hari, merasa putus asa, dan perasaan buruk lainnya. Perancangan tentang distimia ini dilakukan karena gangguan kesehatan mental distimia adalah hal yang jarang didengar disebagian kalangan karena kurangnya masyarakat mengetahui berbagai jenis gangguan kesehatan mental. Solusi dari perancangan tersebut dengan membuat *booklet* yang berisi informasi terkait distimia yang membuat orang bisa tahu lebih lanjut mengenai distimia. Pendekatan visual *booklet* menggunakan ilustrasi menarik agar khalayak sasaran dapat tertarik membacanya karena dikemas dengan tampilan yang berbeda dengan *booklet* pada biasanya. Serta dengan adanya perancangan *booklet* distimia ini memberikan manfaat berupa wawasan dan ilmu baru bagi masyarakat yang masih belum mengetahui apa itu distimia. Adanya *booklet* ini diharapkan masyarakat atau khalayak sasaran dapat bertindak ketika tau jika tanda-tanda distimia ada pada diri masing-masing.

V.2. Saran

Perancangan terkait distimia ini dinilai jarang ada dan diharapkan bisa dilanjutkan ke tahap lebih luas agar masyarakat lebih banyak lagi yang tahu distimia. Meskipun gangguan distimia adalah hal yang jarang terjadi di Indonesia bukan berarti tidak ada. Maka dari itu butuh kesadaran masyarakat akan pentingnya memperhatikan gejala distimia jika sewaktu-waktu terjadi. Perancangan ini bisa berkembang lebih baik lagi jika ada dukungan dari masyarakat agar lebih banyak lagi yang tahu tentang gangguan depresi jangka panjang atau bisa disebut distimia.