

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

V.1. Kesimpulan

Perancangan informasi tentang dampak pemilihan waktu gelap berlebihan seorang *nyctophilia* terhadap kesehatan melalui media video animasi merupakan suatu bentuk penyelesaian masalah terkait kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai *nyctophilia*. Video animasi ini adalah suatu media/bentuk solusi dari permasalahan yang perancang buat untuk khalayak. Setelah dibuatnya media informasi tentang *nyctophilia* melalui video animasi ini dapat membantu masyarakat dalam memperoleh informasi dengan mudah dan efisien atas kemudahan akses. Perancangan menggunakan pendekatan dengan elemen-elemen visual yang bisa mudah dimengerti dan penjelasan yang singkat tapi jelas, Selain itu perancangan bermanfaat untuk sarana informasi kepada pengidap agar mendapatkan pandangan untuk mengambil langkah untuk hidup yang lebih sehat dan tidak berlebihan. Khalayak diharap dapat memahami dan memiliki tambahan wawasan tentang *nyctophilia* melalui perancangan yang telah dibuat oleh perancang.

V.2. Saran

Perancangan yang membahas tentang *nyctophilia* di Indonesia dapat dibilang sangat minim sekali, karena permasalahan ini *nyctophilia* hanya bagian kecil dari sebuah gangguan psikologis, yang tidak begitu banyak orang yang mendalami atau menjabarkan secara luas. Hanya segelintir kalangan saja dan jumlah kasusnya pun tidak begitu banyak, karena kurangnya wawasan masyarakat tentang *nyctophilia* menyebabkan gejala-gejala tersebut disimpulkan hanya suatu hal biasa dengan dorongan faktor begadang, insomnia atau lingkungan. *Nyctophilia* dan keterkaitannya terhadap waktu memang tidak begitu berbahaya seperti layaknya penyakit, tetapi bilamana kebiasaan ini dilakukan secara terus menerus maka yang terdampak adalah pola hidup yang berubah dan tentu saja berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang. Oleh karenanya saran untuk perancangan selanjutnya adalah dengan membuat media seperti buku, situs/*website* sebagai media yang menjelaskan *nyctophilia* yang lebih luas dan mendalam karena pada perancangan *nyctophilia* melalui video animasi ini dibuat secara padat dan singkat.