

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **V.1 Kesimpulan**

Masa remaja akhir hingga dewasa awal merupakan periode di mana individu mulai berinteraksi dengan dunia yang lebih luas. Individu akan mengalami banyak tantangan emosional dan hubungan yang lebih kompleks dengan orang lain. Salah satu tantangan yang sering dihadapi individu dalam lingkungan sosial adalah kecenderungan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain atau yang dikenal dengan sifat *people pleaser*.

Seseorang yang bersifat *people pleaser* cenderung mementingkan kebahagiaan orang lain terlebih dahulu, yang dapat menyebabkan individu tersebut mengalami stres, tekanan emosional, dan penurunan kesejahteraan mental, yang pada akhirnya dapat berujung pada depresi. Masih ada yang beranggapan bahwa menyenangkan orang lain tanpa memikirkan diri sendiri adalah hal yang wajar dan baik. Oleh karena itu, diperlukan media untuk menyampaikan permasalahan terkait fenomena *people pleaser* agar dapat diketahui masyarakat luas, terutama remaja yang menuju dewasa, karena pada usia ini individu sedang dalam proses pembentukan identitas diri dan dihadapkan dengan hubungan yang akan berdampak pada kehidupan di masa depan.

Perancangan media ini menggunakan media berupa buku ilustrasi kolase yang berisi informasi tentang *people pleaser*. Buku ini terdiri dari penjelasan mengenai *people pleaser*, ciri-ciri, dampak, serta cara untuk keluar dari permasalahan tersebut. Diharapkan dengan adanya media ini, individu dapat memahami serta menerapkan batasan pada diri sendiri dan lebih bijak dalam mengambil keputusan.

### **V.2 Saran**

Dalam perancangan media informasi mengenai *people pleaser*, metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara dasar, dan mengutip dari sumber terpercaya yang sudah ada. Oleh karena itu, diharapkan perancangan selanjutnya

dapat mencari informasi yang lebih mendalam terkait *people pleaser* dengan cara mewawancarai ahli maupun psikolog untuk mendapatkan informasi yang lebih menyeluruh, diharapkan media selanjutnya dapat dibuat dengan ide baru yang lebih interaktif agar individu dapat mengekspresikan perasaan yang berkaitan dengan sifat *people pleaser*. Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi lebih lanjut terhadap permasalahan ini dengan menganalisis tambahan data untuk mengidentifikasi hal-hal yang harus diperbaiki.