

Perancangan Media Informasi Kecerdasan Emosional bagi Remaja Laki-Laki melalui Booklet "Di Balik Diam"

Jeffry Samuhara^{1*}, Ahmad Akmal²

¹Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padangpanjang

²Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padangpanjang

^{1*}jeffrysamuhara2@gmail.com, ²ahmadakmal650@gmail.com,

Abstrak

Kurangnya kemampuan remaja laki-laki dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi perkembangan sosial, perilaku, dan kesehatan mental. Kecenderungan untuk memendam emosi sering menyebabkan remaja laki-laki mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan akademik, sosial, maupun lingkungan. Penelitian ini bertujuan merancang media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki melalui media booklet yang komunikatif, menarik, dan mudah dipahami. Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode observasi, wawancara, kuesioner, dan studi pustaka. Wawancara melibatkan guru bimbingan konseling, psikolog klinis, pengurus masjid, dan tokoh masyarakat untuk memperoleh informasi mengenai kondisi emosional remaja serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Selain itu, kuesioner disebar kepada 104 responden berusia 14–18 tahun untuk mengetahui tingkat pemahaman dan perilaku remaja dalam mengelola emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja menyadari pentingnya pengelolaan emosi, namun masih membutuhkan media edukasi yang mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik dan relevan dengan kehidupan mereka. Berdasarkan hasil analisis, dirancang booklet berjudul *Di Balik Diam* berukuran A5 dengan 69 halaman yang membahas pengenalan emosi, dinamika emosi pada remaja laki-laki, hubungan emosi dengan lingkungan sosial, serta dampak emosi yang dipendam. Perancangan ini diharapkan dapat menjadi media edukasi yang membantu meningkatkan pemahaman remaja laki-laki mengenai pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, remaja laki-laki, media informasi, booklet, esain komunikasi visual.

PENDAHULUAN

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan ini memiliki peran penting dalam pembentukan perilaku sosial, pengambilan keputusan, serta kesehatan mental seseorang. Pada masa remaja, kecerdasan emosional menjadi aspek yang sangat penting karena periode ini merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cukup signifikan. Walinono et al. (2024) menyebutkan bahwa rentang usia 12–21 tahun merupakan masa puncak perkembangan emosi, di mana remaja cenderung mengalami perubahan suasana hati yang cepat akibat pengaruh hormon maupun lingkungan sosial di sekitarnya.

Dalam konteks gender, laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan yang berbeda dalam mengekspresikan emosi. Remaja laki-laki umumnya lebih tertutup dalam mengungkapkan perasaan dan cenderung memendam emosi yang mereka rasakan, sedangkan perempuan lebih mudah mengekspresikan emosi baik secara verbal maupun nonverbal. Kondisi tersebut menyebabkan banyak remaja laki-laki mengalami kesulitan dalam mengelola emosi secara sehat. Hasil observasi, wawancara, dan penyebaran kuesioner yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar remaja laki-laki masih mengalami hambatan dalam mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosinya secara tepat.

Kurangnya kemampuan dalam mengelola emosi dapat berdampak pada munculnya berbagai perilaku negatif. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa angka bunuh diri secara global lebih banyak terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat masih tingginya kasus bullying yang melibatkan remaja. Berbagai fenomena tersebut menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan pengelolaan emosi dapat memengaruhi perilaku individu dan kualitas interaksi sosialnya. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang mampu meningkatkan pemahaman remaja laki-laki mengenai pentingnya kecerdasan emosional sebagai bekal dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui penyampaian informasi menggunakan media komunikasi visual yang sesuai dengan karakteristik target audiens. Media informasi berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan yang mampu membantu audiens memahami suatu isu secara lebih efektif. Dalam penelitian ini, booklet dipilih sebagai media utama karena memiliki kemampuan menyajikan informasi secara sistematis melalui perpaduan teks dan visual yang menarik. Selain mudah dibawa dan dibaca, booklet juga memungkinkan penyampaian informasi yang lebih mendalam dibandingkan media cetak lain seperti leaflet atau brosur.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan remaja. Penelitian Tambunan et al. (2024) menemukan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan kenakalan remaja, di mana rendahnya kecerdasan emosional dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku negatif. Dewi dan Yusri (2023) menjelaskan bahwa kemampuan mengelola emosi berperan penting dalam perkembangan psikologis remaja. Hasanuddin et al. (2024) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan terhadap kemampuan remaja dalam mengambil keputusan dan menghadapi fenomena Fear of Missing Out (FOMO). Sementara itu, penelitian Jerry Tanu (2022) dan Emilda AS et al. (2024) membuktikan bahwa booklet merupakan media informasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman audiens terhadap suatu topik tertentu.

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut masih memiliki keterbatasan. Sebagian besar penelitian lebih berfokus pada aspek psikologis kecerdasan emosional tanpa mengembangkan media komunikasi visual sebagai sarana edukasi. Penelitian yang menggunakan media booklet juga umumnya membahas isu kesehatan lain dan belum secara khusus mengangkat kecerdasan emosional pada remaja laki-laki sebagai fokus utama. Selain itu, masih terbatas penelitian yang mengintegrasikan pendekatan komunikasi visual untuk menyampaikan informasi mengenai pentingnya kecerdasan emosional kepada remaja laki-laki.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan merancang media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki melalui media booklet. Perancangan ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman target audiens mengenai pentingnya mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara sehat. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu Desain Komunikasi Visual, khususnya dalam pemanfaatan media informasi sebagai sarana edukasi yang efektif bagi remaja.

METODE

1. Metoda Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data primer dan data sekunder untuk memperoleh informasi yang mendukung proses perancangan media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki.

Metode pengumpulan data untuk menelaah permasalahan ini adalah dengan menggunakan beberapa metode sebagai berikut ini:

a. Observasi

Observasi dilakukan di SMAN 1 Padang Panjang dengan mengamati aktivitas, perilaku, serta pola interaksi remaja laki-laki yang berkaitan dengan pengelolaan emosi. Selain itu, dilakukan wawancara langsung dengan beberapa remaja dan guru bimbingan konseling untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi emosional remaja di lingkungan sekolah.

b. Wawancara

Wawancara dilakukan kepada beberapa narasumber yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian. Wawancara dengan guru bimbingan konseling SMPN 1 Payakumbuh menunjukkan bahwa masih banyak siswa laki-laki yang mengalami kesulitan dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara sehat. Menurut narasumber, kondisi tersebut sering kali terlihat ketika siswa menghadapi konflik dengan teman sebaya, tekanan akademik, maupun permasalahan pribadi yang tidak mampu mereka komunikasikan dengan baik. Guru bimbingan konseling juga menekankan bahwa media edukatif sangat dibutuhkan sebagai sarana penyampaian informasi yang mampu menjelaskan pentingnya kesehatan mental dan regulasi emosi secara sederhana, menarik, dan mudah dipahami oleh remaja. Kehadiran media informasi dinilai dapat membantu siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya kecerdasan emosional sebagai bekal dalam kehidupan sosial maupun proses perkembangan diri.

Wawancara dengan psikolog klinis memberikan gambaran mengenai dampak yang dapat muncul ketika remaja laki-laki tidak memperoleh pendidikan emosional yang memadai sejak usia dini. Narasumber menjelaskan bahwa keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan dalam membentuk kemampuan anak untuk mengenali dan mengelola emosi. Selain keluarga, lingkungan sekolah, pergaulan sosial, serta media sosial juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional remaja. Kurangnya pemahaman mengenai emosi dapat menyebabkan berbagai permasalahan psikologis seperti rendahnya kemampuan pemecahan masalah, kesulitan mengendalikan kemarahan, tingginya tingkat stres, gangguan kecemasan, hingga depresi. Dalam kondisi tertentu, masalah tersebut bahkan dapat berkembang menjadi perilaku yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Temuan ini menunjukkan pentingnya menghadirkan media informasi yang mampu meningkatkan kesadaran remaja laki-laki terhadap pentingnya kecerdasan emosional sebagai bagian dari kesehatan mental.

Wawancara selanjutnya dilakukan dengan pengurus masjid untuk memperoleh perspektif mengenai peran lingkungan keagamaan dalam pembentukan karakter remaja. Berdasarkan hasil wawancara, masjid tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai ruang pendidikan sosial yang mengajarkan nilai-nilai moral, tanggung jawab, disiplin, dan pengendalian diri. Menurut narasumber, keterlibatan remaja dalam berbagai kegiatan keagamaan dapat membantu mereka membangun kesadaran terhadap perilaku yang baik, meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan masyarakat, serta menghindari tindakan yang merugikan diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang diperoleh melalui lingkungan keagamaan memiliki kontribusi terhadap pembentukan kecerdasan emosional remaja laki-laki.

Selain itu, wawancara dengan tokoh masyarakat atau tetua adat dilakukan untuk memahami nilai-nilai budaya yang berperan dalam pembentukan karakter remaja laki-laki. Narasumber menjelaskan bahwa kehidupan di surau pada masa lalu tidak hanya berfungsi sebagai tempat belajar agama, tetapi juga menjadi ruang pembelajaran sosial yang mengajarkan musyawarah, empati, kesabaran, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Nilai-nilai tersebut dianggap mampu membentuk karakter remaja agar lebih bijaksana dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Menurut narasumber, menurunnya keterlibatan remaja dalam aktivitas sosial dan pendidikan karakter berbasis komunitas menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perubahan perilaku generasi muda saat ini. Oleh karena itu, nilai-nilai positif yang terkandung dalam budaya dan kehidupan sosial masyarakat dinilai masih relevan untuk dijadikan salah satu landasan dalam menyampaikan pesan mengenai pentingnya kecerdasan emosional kepada remaja laki-laki.

c. Kuesioner

Penelitian ini juga menggunakan Kuesioner yang disebarakan kepada 104 responden yang terdiri dari remaja berusia 14–18 tahun untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pemahaman, perilaku, serta faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola emosi. Pengumpulan data melalui kuesioner dilakukan untuk mengidentifikasi kebiasaan remaja dalam mengekspresikan emosi, media yang mereka gunakan ketika menghadapi tekanan emosional, serta tingkat kesadaran mereka terhadap pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran yang cukup besar dalam kehidupan emosional remaja. Sebanyak 50% responden mengaku menggunakan media sosial sebagai sarana untuk meluapkan, mengalihkan, atau menangani emosi yang mereka rasakan. Temuan ini menunjukkan bahwa media digital telah menjadi salah satu ruang utama bagi remaja dalam mengekspresikan perasaan maupun mencari pelarian ketika menghadapi emosi negatif. Selain itu, sebanyak 26,9% responden memilih melakukan hobi sebagai cara untuk mengelola emosinya, sedangkan 21,2% responden memilih bermain game sebagai bentuk pengalihan dari perasaan negatif yang mereka alami. Di luar pilihan tersebut, sebanyak 51% responden menyatakan memiliki cara lain dalam menghadapi emosi negatif, yang menunjukkan bahwa setiap individu memiliki pendekatan yang berbeda dalam mengelola kondisi emosionalnya.

Data kuesioner juga menunjukkan tingginya tingkat kesadaran responden terhadap pentingnya kecerdasan emosional. Sebanyak 82,7% responden menyatakan bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan hal yang sangat penting, sementara 17,3% responden menyatakan bahwa kemampuan tersebut penting dalam kehidupan sehari-hari. Tidak adanya responden yang menganggap pengelolaan emosi sebagai sesuatu yang tidak penting menunjukkan bahwa remaja pada dasarnya telah memiliki kesadaran mengenai pentingnya kecerdasan emosional. Namun demikian, kesadaran tersebut belum tentu diikuti oleh pemahaman dan kemampuan yang memadai dalam menerapkan regulasi emosi secara efektif.

Kuesioner juga digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dianggap paling berpengaruh terhadap cara remaja mengelola emosinya. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa media sosial menjadi faktor yang paling dominan dengan persentase sebesar 38,5%. Sementara itu, orang tua dan lingkungan sosial memperoleh persentase yang sama, yaitu masing-masing sebesar 30,8%. Temuan ini menunjukkan bahwa perkembangan teknologi dan tingginya intensitas penggunaan media sosial telah menjadikan platform digital sebagai salah satu sumber utama yang memengaruhi cara remaja memahami, mengekspresikan, dan mengelola emosi. Di sisi lain, peran keluarga dan lingkungan sosial tetap memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk kecerdasan emosional remaja.

Berdasarkan hasil kuesioner tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja memiliki tingkat kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya pengelolaan emosi, namun masih membutuhkan sumber informasi yang mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kecerdasan emosional. Temuan ini memperkuat kebutuhan akan media informasi yang komunikatif, menarik, dan mudah dipahami sehingga mampu menjangkau karakteristik remaja sebagai target audiens utama dalam penelitian ini.

d. Studi Pustaka

Studi pustaka dilakukan untuk memperoleh landasan teoritis yang mendukung penelitian dan proses perancangan media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki. Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber seperti buku, jurnal ilmiah, skripsi, artikel penelitian, serta publikasi akademik lainnya yang relevan dengan topik penelitian. Kajian pustaka difokuskan pada teori-teori yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, perkembangan emosi remaja, perbedaan karakteristik emosional berdasarkan gender, serta faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan individu dalam mengenali dan mengelola emosinya. Literatur psikologi emosi, seperti karya David J. Lieberman dan berbagai penelitian terkait kecerdasan emosional, digunakan sebagai dasar untuk memahami fenomena yang menjadi fokus penelitian.

Selain itu, studi pustaka juga dilakukan untuk mengkaji teori-teori Desain Komunikasi Visual yang berkaitan dengan media informasi, komunikasi visual, ilustrasi, tipografi, tata letak, serta media booklet sebagai sarana penyampaian pesan. Referensi mengenai perancangan media informasi dan penelitian sejenis digunakan untuk memahami strategi komunikasi yang efektif dalam menyampaikan informasi kepada remaja. Melalui studi pustaka ini, diperoleh berbagai konsep, teori, dan referensi visual yang menjadi dasar dalam menentukan pendekatan komunikasi, konsep kreatif, serta pengembangan media yang sesuai dengan karakteristik target audiens.

2. Metoda Analisis Data

a. Analisis Target Audiens

Target audiens dalam perancangan ini adalah remaja laki-laki berusia 15–18 tahun yang berada pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA). Pemilihan rentang usia tersebut didasarkan pada karakteristik masa remaja yang ditandai dengan perkembangan emosi yang cukup dinamis serta tingginya kebutuhan akan pemahaman mengenai pengelolaan

emosi. Meskipun remaja laki-laki menjadi target audiens utama, media informasi ini juga dapat diakses oleh remaja perempuan sebagai target audiens sekunder karena materi yang disampaikan bersifat universal dan relevan bagi seluruh remaja.

Secara psikografis, target audiens mencakup remaja yang mengalami kesulitan dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi, termasuk remaja yang cenderung temperamental, mudah mengalami stres, atau memiliki keterbatasan dalam regulasi emosi. Sementara itu, secara geografis perancangan ini difokuskan pada remaja yang berada di wilayah Sumatera Barat dengan mempertimbangkan kedekatan konteks budaya dan lingkungan penelitian. Namun demikian, isi dan pesan yang disampaikan dalam media informasi ini dirancang agar tetap relevan dan dapat dipahami oleh remaja di berbagai daerah lainnya.

b. Analisis 5W+1H

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode 5W+1H (*What, Who, When, Where, Why, dan How*) untuk mengidentifikasi permasalahan, kebutuhan target audiens, serta merumuskan strategi komunikasi yang tepat dalam perancangan media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki. Metode ini digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai karakteristik audiens, urgensi permasalahan, media yang dibutuhkan, serta pendekatan komunikasi yang sesuai dengan tujuan perancangan.

1) *What* (Apa yang dibutuhkan oleh target audiens?)

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan kuesioner, diketahui bahwa remaja laki-laki membutuhkan informasi yang mudah dipahami mengenai pentingnya kecerdasan emosional serta cara mengelola emosi secara sehat. Meskipun sebagian besar responden menyadari bahwa pengelolaan emosi merupakan hal yang penting, masih banyak remaja yang belum memahami cara mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosinya dengan tepat. Oleh karena itu, diperlukan media informasi yang mampu memberikan edukasi mengenai regulasi emosi secara sederhana, menarik, dan sesuai dengan karakteristik remaja.

2) *Who* (Siapa target dari media informasi ini?)

Target utama dari media informasi ini adalah remaja laki-laki berusia 15–18 tahun yang sedang berada pada fase perkembangan identitas diri dan perkembangan emosional yang cukup kompleks. Pada usia tersebut, remaja mulai menghadapi berbagai tantangan sosial, akademik, dan lingkungan yang dapat memengaruhi kondisi emosional mereka. Selain itu, media ini juga dapat dimanfaatkan oleh remaja perempuan sebagai target sekunder karena materi yang disampaikan bersifat universal dan relevan bagi seluruh remaja.

3) *When* (Kapan media informasi ini dibutuhkan?)

Media informasi ini dibutuhkan ketika remaja mulai mengalami kesulitan dalam mengelola emosi akibat berbagai tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Tekanan tersebut dapat berasal dari lingkungan keluarga, sekolah, pertemanan, maupun media sosial. Pada masa remaja, individu cenderung mengalami perubahan suasana hati yang cepat dan belum sepenuhnya memiliki kemampuan regulasi emosi yang matang. Oleh karena itu, edukasi mengenai kecerdasan emosional perlu diberikan sejak dini agar remaja mampu memahami serta mengelola emosinya secara lebih sehat.

4) *Where* (Di mana media ini digunakan atau disebarkan?)

Media informasi dirancang untuk dapat digunakan di lingkungan pendidikan, khususnya sekolah menengah atas, sebagai sarana edukasi yang mendukung pembelajaran karakter dan kesehatan mental remaja. Selain disebarkan melalui sekolah kepada siswa dan guru, media ini juga dapat dimanfaatkan di lingkungan komunitas, perpustakaan, maupun kegiatan sosial yang berkaitan dengan pengembangan remaja. Secara geografis, perancangan ini berfokus pada wilayah Sumatera Barat, namun informasi yang disampaikan tetap relevan untuk digunakan oleh remaja di berbagai daerah lainnya.

5) *Why* (Mengapa media informasi ini penting?)

Media informasi ini penting karena masih banyak remaja laki-laki yang mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosinya secara tepat. Kurangnya pemahaman mengenai kecerdasan emosional dapat berdampak pada munculnya berbagai perilaku negatif, seperti agresivitas, konflik sosial, rendahnya kemampuan menyelesaikan masalah, hingga gangguan kesehatan mental. Temuan dari observasi, wawancara, dan kuesioner menunjukkan bahwa remaja membutuhkan sumber informasi yang dapat membantu mereka memahami pentingnya regulasi emosi sebagai bagian dari perkembangan diri dan kesehatan mental.

6) *How* (Bagaimana cara menyampaikan informasi tersebut?)

Informasi mengenai kecerdasan emosional disampaikan melalui media booklet yang menggabungkan fotografi, ilustrasi, tipografi, dan tata letak yang disesuaikan dengan karakteristik target audiens. Penyampaian pesan dilakukan menggunakan bahasa yang komunikatif, ringan, dan dekat dengan kehidupan remaja sehingga lebih mudah dipahami. Selain itu, penggunaan elemen visual yang menarik, pemilihan warna yang mampu membangun suasana emosional, serta penyertaan pendapat dari guru dan psikolog digunakan untuk meningkatkan daya tarik sekaligus kredibilitas informasi. Melalui pendekatan tersebut, media diharapkan mampu menciptakan pengalaman membaca yang lebih menarik serta membantu audiens memahami pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

3. Konsep Verbal dan Konsep Visual

a. Konsep Verbal

Konsep verbal dalam perancangan media informasi ini dirancang untuk menyampaikan pesan mengenai kecerdasan emosional secara komunikatif, informatif, dan mudah dipahami oleh remaja laki-laki sebagai target audiens utama.



Penyampaian informasi menggunakan bahasa Indonesia yang formal namun tetap ringan sehingga mampu menjembatani kebutuhan penyampaian informasi yang edukatif tanpa terkesan kaku atau menggurui. Pemilihan gaya bahasa tersebut bertujuan agar audiens dapat memahami materi yang disampaikan dengan lebih mudah serta merasa dekat dengan isi pesan yang disajikan.

Informasi dalam booklet disusun secara runtut dan sistematis, dimulai dari pengenalan emosi, pentingnya kecerdasan emosional, faktor-faktor yang memengaruhi pengelolaan emosi, hingga cara mengelola emosi secara sehat dalam kehidupan sehari-hari. Struktur penyampaian informasi dirancang menyerupai alur cerita sehingga pembaca dapat mengikuti isi materi secara bertahap dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terhadap topik yang dibahas.

Selain menggunakan bahasa formal, beberapa bagian materi juga memanfaatkan istilah populer, istilah psikologi, serta kosakata yang akrab di kalangan remaja untuk meningkatkan keterlibatan pembaca. Penggunaan istilah tersebut bertujuan untuk memperkaya informasi sekaligus membantu audiens mengenal konsep-konsep yang berkaitan dengan kecerdasan emosional. Untuk menjaga kejelasan informasi, istilah-istilah yang dianggap kurang familiar disertai dengan penjelasan yang sederhana sehingga tetap mudah dipahami oleh target audiens.

b. Konsep Visual

Konsep visual pada perancangan media informasi ini dirancang untuk menciptakan pengalaman membaca yang menarik, komunikatif, dan dekat dengan kehidupan remaja laki-laki sebagai target audiens utama. Pendekatan visual yang digunakan mengombinasikan ilustrasi digital, elemen grafis, fotografi. Pemilihan visual yang dinamis bertujuan untuk meningkatkan minat baca remaja sekaligus membantu menyampaikan informasi mengenai kecerdasan emosional dengan cara yang lebih mudah dipahami.

Gaya visual dalam booklet mengambil inspirasi dari kehidupan sehari-hari remaja laki-laki, baik dalam lingkungan sekolah, pertemanan, keluarga, maupun aktivitas sosial. Pendekatan tersebut dipilih agar audiens dapat merasa lebih dekat dengan materi yang disampaikan dan mampu menghubungkan informasi dalam booklet dengan pengalaman yang mereka alami secara langsung. Selain berfungsi sebagai elemen estetis, visual juga digunakan sebagai sarana untuk menggambarkan berbagai kondisi emosional yang sering dialami remaja, seperti marah, sedih, cemas, kecewa, maupun bahagia.

Dari segi tipografi dan tata letak, booklet dirancang menggunakan pendekatan minimalis dengan susunan elemen yang terstruktur dan mudah dibaca. Penggunaan ruang kosong (*white space*), hierarki informasi yang jelas, serta penempatan visual yang seimbang bertujuan untuk membantu audiens memahami isi materi secara lebih efektif. Selain meningkatkan keterbacaan, pendekatan ini juga mendukung penyampaian informasi yang lebih fokus sehingga pesan mengenai pentingnya kecerdasan emosional dapat diterima dengan baik oleh target audiens.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Media Utama

Media utama yang dihasilkan dalam perancangan ini berupa booklet berjudul *Di Balik Diam* dengan ukuran A5 dan jumlah halaman sebanyak 69 halaman. Booklet dipilih sebagai media utama karena mampu menyajikan informasi secara lebih lengkap dan terstruktur dibandingkan media cetak lainnya, namun tetap memiliki bentuk yang ringkas dan mudah dibawa. Selain itu, booklet memungkinkan penyampaian informasi secara bertahap melalui kombinasi teks dan visual sehingga audiens dapat memahami materi dengan lebih nyaman tanpa merasa terbebani oleh informasi yang terlalu padat.



Gambar 1. Booklet Di Balik Diam

Konsep penyampaian informasi dalam booklet disusun secara modular, yaitu materi dibagi ke dalam beberapa bagian yang saling berkaitan namun tetap dapat dipahami secara bertahap. Pendekatan ini dipilih untuk menyesuaikan karakteristik remaja yang cenderung lebih mudah menerima informasi dalam bentuk yang ringkas dan terstruktur. Materi dalam booklet mencakup pengenalan emosi dasar, peran emosi dalam kehidupan sehari-hari, dinamika emosi pada remaja laki-laki, hubungan antara emosi dan lingkungan sosial, serta dampak yang dapat muncul apabila emosi terus dipendam tanpa pengelolaan yang sehat.

Judul *Di Balik Diam* dipilih sebagai representasi dari fenomena yang ditemukan selama proses penelitian, yaitu kecenderungan remaja laki-laki untuk menyembunyikan atau memendam emosinya. Judul tersebut bertujuan untuk menggambarkan bahwa di balik sikap diam yang sering ditunjukkan oleh remaja laki-laki, terdapat berbagai perasaan dan tekanan emosional yang perlu dipahami serta dikelola dengan baik. Melalui judul ini, media diharapkan mampu membangun rasa kedekatan emosional dengan target audiens sehingga mereka lebih terbuka terhadap informasi yang disampaikan.

Struktur booklet terdiri atas halaman sampul, kata pengantar, daftar isi, lima bab utama, halaman kredit, halaman hak cipta, serta sampul belakang. Kelima bab utama disusun secara berurutan untuk membangun pemahaman audiens mengenai kecerdasan emosional, mulai dari pengenalan konsep dasar emosi hingga pentingnya pengelolaan emosi dalam kehidupan sehari-hari. Penyusunan materi secara bertahap bertujuan agar pembaca dapat mengikuti alur informasi dengan lebih mudah dan memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai topik yang dibahas.



Gambar 2. Isi booklet di balik diam

Secara visual, booklet dirancang menggunakan pendekatan yang dekat dengan kehidupan remaja sehingga mampu menciptakan pengalaman membaca yang lebih menarik dan relevan. Penggunaan ilustrasi, fotografi, warna, serta tata letak yang terstruktur bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan audiens dalam memahami materi. Kombinasi elemen visual dan verbal tersebut diharapkan dapat membantu proses penyampaian pesan menjadi lebih efektif dibandingkan penyajian informasi yang hanya mengandalkan teks.

KESIMPULAN

Perancangan media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki dilakukan sebagai respons terhadap rendahnya pemahaman remaja dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara sehat. Media utama berupa booklet dipilih karena mampu menyajikan informasi secara terstruktur, mudah dipahami, dan dapat digunakan secara mandiri oleh audiens. Materi yang disampaikan mencakup pengenalan emosi, kesadaran diri, serta pengelolaan emosi yang disesuaikan dengan karakteristik remaja laki-laki tingkat SMA.

Hasil perancangan menunjukkan bahwa booklet yang didukung oleh media pendukung berupa konten Instagram, Instagram Story, poster, dan kartu navigasi emosi mampu membentuk sistem komunikasi visual yang saling melengkapi. Penggunaan visual yang sederhana, modern, dan relevan dengan target audiens membantu meningkatkan daya tarik serta keterbacaan informasi. Perancangan ini diharapkan dapat menjadi media yang membantu remaja laki-laki meningkatkan kesadaran emosional dan memahami bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan keterampilan penting dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian dan penulisan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih disampaikan kepada kedua orang tua dan keluarga atas doa serta dukungan yang diberikan selama proses perkuliahan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada dosen pembimbing, dosen penguji, dan seluruh dosen Program Studi Desain Komunikasi Visual Institut Seni Indonesia Padangpanjang atas ilmu, arahan, serta masukan yang sangat membantu dalam penyelesaian penelitian dan perancangan ini. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi referensi bagi pengembangan media informasi mengenai kecerdasan emosional pada remaja laki-laki.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan emosi pada remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 65–71.
- Emilda, E. A., Putri, I., Yuniwati, C., Dewi, S., & Rahmad, A. H. A. (2024). Pengaruh edukasi gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan remaja putri dalam upaya pencegahan stunting. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(2). <https://doi.org/10.30867/femina.v4i2.762>
- Hasanuddin, H., Azka, I., & Haramain, F. B. (2024). Peran kecerdasan emosional dalam menghadapi fear of missing out (FOMO) pada remaja. *Jurnal Perspektif Pendidikan*, 18(2).
- Tambunan, Y. T., Widianoro, F. W., & Wahyudi, I. (2024). Hubungan antara kecerdasan emosional dan kenakalan remaja pada siswa SMK Negeri 1 Samigaluh Kabupaten Kulon Progo. *Jurnal Psikologi*, 20(1), 56–62.
- Tanu, J. (2022). Perancangan buku informasi berjudul “Cerdas Menghadapi Diabetes Mellitus” untuk remaja. *Jurnal Titik Imaji*, 5(2), 133–142.
- Walinono, S., Nengsih, T. W., Ayuningrum, O., Hanifah, & Widyowati, A. (2024). Efektivitas psikoedukasi pengenalan emosi untuk meningkatkan pemahaman emosi pada remaja. *DIMASLIA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta*, 2(2). <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/dimaslia>