

PENGUNAAN ZINE SEBAGAI MEDIA PENGENALAN *STAGE OF GRIEF* KEPADA REMAJA

Frederick Sabam Evan Argindo, Riama Maslan Sihombing

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain,

Institut Teknologi Bandung

email: ericksimanjuntak38@gmail.com

ABSTRAK

Ada berbagai respons dan reaksi yang muncul saat manusia menghadapi rasa duka. Mayoritas dari orang-orang yang sedang berduka akan melewati sebuah tahapan yang dikenal dengan *Stage of Grief*. Teori tentang tahapan berduka tersebut masih kurang dikenali oleh khalayak umum karena minimnya literasi yang mengangkat topik terkait, apalagi literasi untuk usia remaja. Selain itu, faktor lainnya yang juga memberikan pengaruh adalah minat baca. Sampai awal tahun 2022, *zine* menjadi media visual yang kembali diminati karena cukup efektif dan menarik bagi para pembaca muda. Penelitian ini akan mengkaji tentang beberapa literasi yang mengangkat topik tentang *Stage of Grief* dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Berdasarkan teori-teori yang digunakan (teori *Stage of Grief*, teori penggunaan efek elemen visual terhadap minat baca, dan teori tentang *zine*), didapatkan kesimpulan bahwa *zine* menjadi media literasi yang tepat untuk remaja, dimana teks dan ilustrasi memiliki proporsi yang cukup seimbang. *Zine* sebagai media visual cukup memudahkan para pembaca dalam memahami isi dari literasi yang dibaca.

Kata kunci: Tahapan Berduka, *Zine*, Minat Baca, Remaja

PENDAHULUAN

Manusia mengalami banyak peristiwa yang dapat mempengaruhi faktor emosionalnya. Ada peristiwa yang membawa sukacita dan sebaliknya ada pula peristiwa yang kurang menyenangkan. Bahkan ada peristiwa yang menyakitkan seperti rasa duka kehilangan seseorang atau sesuatu yang berharga. Peristiwa-peristiwa tersebut sangat beragam dan unik satu dengan yang lainnya. Setiap individu memang mengalami duka dengan alasan yang berbeda-beda. Secara keilmuan psikologis, individu memiliki kemiripan dalam mengalami rasa kehilangan yaitu melewati suatu tahap berduka yang sering disebut

dengan "*Stage of Grief*". Menurut Kübler-Ross, melalui tulisan pada bukunya yang berjudul *On Grief and Grieving* (2005), ada 5 tahapan yang dilewati kebanyakan individu yang sedang mengalami duka, yaitu: *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*

Menurut Syamsu Yusuf (2003), remaja yang berada di bangku Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas (usia 12-19 tahun) mengalami berbagai perubahan emosi sebagai proses perkembangan ke arah kematangan. Karena remaja masih dalam tahap perkembangan, fisik maupun mental, emosi yang diakibatkan oleh duka kehilangan terasa lebih rumit. Mereka perlu menafsirkan kembali

rasa dan arti kehilangan tersebut. Maka dari itu, setiap remaja mengalami proses *coping* yang berbeda-beda. Beberapa remaja yang mengalami duka sebagian merasa kesulitan untuk mengekspresikan perasaannya. Beberapa lainnya merespons duka dengan cara memberontak. Respons tersebut secara tidak langsung menjadi *coping* atau langkah untuk melewati rasa duka yang dialami.

Salah satu proses *coping* yang dapat dilakukan seseorang yang berduka adalah dengan memahami *Stage of Grief*. Tahapan tersebut dapat dijadikan sebagai alat atau sarana untuk mengenal diri dan juga respons dari emosi yang dirasakan seseorang. Dengan harapan lanjutan, bahwa individu akan dapat lebih siap dalam menghadapi rasa suka dan duka. Sayangnya, literasi tentang *Stage of Grief* masih sangat minim, khususnya untuk kalangan pembaca muda. Kurang menariknya penyampaian sebuah literasi juga dapat menurunkan minat baca seseorang, apalagi dengan topik bahasan yang cukup berat.

Media visual yang kembali berkembang menjadi tren hingga tahun 2022 di kalangan remaja adalah *zine*. *Zine* menjadi media publikasi visual yang dinilai cukup *eye-catching* dan mudah dipahami karena adanya bantuan ilustrasi dan *layout*. Penyampaian informasi dengan bahasa yang lebih ringan juga memudahkan pembaca untuk mengerti dan menyerap informasi dengan topik berbobot berat. Dari latar belakang di atas, secara garis besar penelitian yang akan mengkaji literasi

tentang *Stage of Grief* ini memiliki tujuan untuk memperkenalkan teori terkait kepada usia remaja melalui media visual berupa *zine*, agar topik yang cukup berat ini dapat disajikan dengan lebih menarik untuk pembaca muda. Adapun tujuan dan manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi macam konten dan komponen visual yang digunakan dalam *zine* yang mengangkat topik *Stage of Grief*
2. Membantu para desainer yang akan melakukan perancangan *zine* atau media visual lainnya tentang topik *Stage of Grief* secara efektif dan menarik kepada remaja.

RUMUSAN MASALAH

Remaja yang masih dalam tahap perkembangan emosional cenderung akan lebih sulit untuk menghadapi rasa duka. Dalam upaya mengenali emosi yang dialami, remaja perlu mengenal dan memahami *Stage of Grief* lewat literasi yang lebih menarik, salah satu contoh medianya adalah *zine*. Sebagai penunjang dalam menemukan dan menyusun teori dan hasil penelitian, diperlukan rumusan masalah penelitian. Beberapa rumusan masalah yang diperoleh, adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana teori *Stage of Grief* dapat digunakan sebagai proses penyembuhan dengan memahami duka yang dialami?
2. Bagaimana cara penyampaian dan visualisasi *Stage of Grief* lewat media *Zine* agar dapat dimengerti dengan mudah dan

diterima dengan baik, khususnya bagi kalangan remaja?

3. Bagaimana pengaruh penggunaan visual/konten yang mendukung literasi terkait?

Dari rumusan masalah yang sudah diperoleh, muncul pertanyaan penelitian yang dapat digunakan sebagai batasan penelitian. Pertanyaan penelitian tersebut adalah bagaimana cara perancangan dan pengemasan topik berat seperti *Stage of Grief* dalam media yang lebih menarik agar dapat diterima dengan baik oleh pembaca muda.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Menurut Afrizal (2016:13), metode kualitatif adalah metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan dan menganalisis berbagai data yang berupa kata-kata, atau data yang tidak berupa analisis angka. Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data sekunder yaitu berupa dokumen, jurnal ilmiah, dan literasi yang diakses secara *online*. Data yang diperoleh diutamakan yang membahas tentang topik *Stage of Grief*, perancangan *zine*, pengaruh penggunaan elemen visual terhadap minat baca, dan pemilihan konten/visual untuk kelompok usia remaja. Data sekunder tersebut diteliti dengan metode studi literatur, yaitu dengan mempelajari literasi dari buku dan juga yang ditemukan di media sosial atau internet.

Peneliti juga akan menganalisis objek penelitian atau karya-karya sejenis yang mengangkat topik terkait ataupun topik berat lainnya yang berbentuk media visual. Beberapa literasi yang menjadi objek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Riset ilmiah dengan judul "*The Prevention Researcher : Teens and Grief*" yang ditulis oleh Donna Schuurman dan Amy Barrett Lindholm (2002)
2. "*a Zine about Grief*" oleh Eboni Wyatt (2021)
3. "*Games and Grief*" oleh Sam Dawson (2022)
4. "*Grieving is Healing*" oleh Annabeth Roeschley (2021)
5. Beberapa *Instagram post* dari akun @selflovewarrior.id (2021)

Ada beberapa teori yang digunakan dalam penelitian ini untuk memperkuat hasil kajian. Teori *Stage of Grief* yang digunakan dalam penelitian ini diambil dari buku *On Grief and Grieving* (2005) oleh Elisabeth Kübler-Ross, yang diakses melalui internet. Buku ini menjadi dasar teori tahapan berduka yang digunakan dalam penelitian ini. Teori lainnya yang digunakan adalah teori tentang minat baca oleh Bastiano dan Sudarsana (2010) yang menjelaskan bahwa ada beberapa aspek yang mempengaruhi minat baca seseorang, terutama pada usia remaja.

Penelitian ini mengkaji media literasi, khususnya *zine* dengan topik *Stage of Grief*, yang ditemui di internet sebagai wadah

informasi yang paling mudah dan cepat diakses. Sebagai batasan masalah yang akan dikaji, penelitian akan membahas tahapan-tahapan dari *Stage of Grief* secara umum untuk memperkenalkan poin penting dari setiap tahapan. Seperti yang sudah disinggung pada kalimat sebelumnya, objek penelitian yang akan digunakan berupa beberapa literasi ilmiah dan literasi dalam bentuk media kreatif/visual yang diakses melalui internet dan media sosial. Analisis penggunaan konten/visual pada literasi terkait akan dibatasi untuk kelompok usia remaja, dengan rentang usia 15-21 tahun.

KAJIAN PUSTAKA

Teori *Stage of Grief*

Elisabeth Kübler-Ross, seorang psikiater dan penulis asal Amerika-Swiss mengusulkan sebuah teori bahwa orang-orang yang sedang berduka umumnya melewati lima tahapan dalam menghadapi kedukaan. Teori ini awalnya diperkenalkan untuk menggambarkan kondisi pasiennya ketika mengetahui dirinya terkena penyakit parah. Menurut bukunya yang berjudul *On Grief and Grieving*, kelima tahapan ini tidak hanya digunakan dalam proses kehilangan orang yang dicintai, tapi dapat digunakan juga untuk rasa duka lainnya (Kübler-Ross & Kessler, 2005) Tahapan yang umumnya dilewati yaitu: *Denial*, *Anger*, *Bargaining*, *Depression*, dan *Acceptance*. Kelima tahapan ini tidak selamanya dialami secara berurutan oleh individu yang berduka

dan tidak semua tahapan akan dilalui oleh setiap individu yang berduka.

Denial atau penolakan adalah tahap pertama yang dapat membantu individu bertahan dari rasa kehilangan. Penolakan tersebut terkadang dapat membantu individu mempercepat mengatasi rasa duka yang dialami. Sebagai contoh, seseorang yang kehilangan orang terdekatnya sering kali tidak percaya dengan berita duka tersebut. Tahap ini menjadi tahap yang sering kembali dialami seorang individu saat merasakan duka karena penolakan dianggap menjadi pelarian saat mengalami duka. Saat individu mulai menerima kenyataan, secara tidak disadari proses penyembuhan/*coping* telah dimulai.

Anger atau kemarahan merupakan tahapan yang diperlukan untuk melewati sebuah proses duka. Kemarahan menjadi reaksi normal terhadap peristiwa duka. Emosi yang dibendung selama menghadapi rasa duka, lama-kelamaan menumbuhkan emosi negatif. Rasa marah tersebut sudah seharusnya diproyeksikan. Di balik kemarahan tersebut, ada rasa sakit dan frustrasi yang dialami. Maka dari itu, individu perlu menemukan cara-cara untuk memproyeksikan amarah tersebut tanpa merugikan diri sendiri dan orang-orang di sekitar.

Bargaining atau tawar-menawar adalah tahapan dimana seorang individu banyak mengutarakan kalimat "seandainya saja", atau "bagaimana jika" untuk menanamkan suatu harapan. Individu mencoba menawar dan

bernegosiasi dalam menghadapi kenyataan.

Individu yang berduka sering kali berharap akan dapat mengubah kenyataan yang sudah terjadi. Rasa bersalah sering menjadi pendamping tawar-menawar. Kalimat "jika saja" mengajak seseorang mencari kesalahan dalam dirinya dan memaksa dirinya memikirkan hal apa yang bisa dilakukan secara berbeda agar bisa terhindar dari rasa duka tersebut. Selain itu, tahapan ini dapat berupa pengharapan akan penyembuhan atau keajaiban untuk mengembalikan apa yang hilang (Krull, 2022). Bentuk tawar-menawar ini dapat berubah dari waktu ke waktu, menyesuaikan keadaan hati pada saat tertentu.

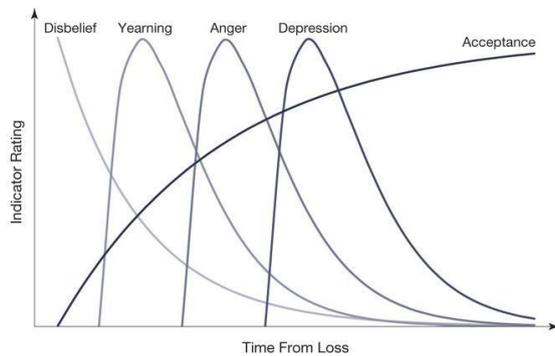
Setelah menjalani tawar-menawar dan tidak mendapatkan hasil yang diinginkan, perhatian manusia beralih dari masa lalu ke keadaannya saat ini. Individu mulai melihat kenyataan yang sebenarnya bahwa duka tersebut tidak dapat dihindari. Kesedihan mulai menghampiri pada tingkat yang lebih dalam. *Depression* atau depresi, dalam konteks berduka yaitu kesedihan yang mendalam, merupakan tanggapan yang pantas dan normal saat menerima suatu kabar buruk. Walaupun memiliki gejala yang serupa, tahap depresi ini tidak sama dengan gangguan depresi yang biasa didiagnosis pada pasien depresi (Krull, 2022). Kesedihan adalah bagian dari proses penyembuhan, dan merupakan salah satu dari banyak langkah yang diperlukan dalam proses tersebut. Dari kesedihan tersebut, individu mendapatkan waktu berhenti sejenak untuk

menerima kenyataan dan mengumpulkan sisa tenaga agar dapat kembali bangun dan kembali bertumbuh.

Acceptance sering kali dipahami sebagai tahap dimana individu sudah merasa baik dan merasa "oke" dengan apa yang sudah terjadi. Realita yang terjadi adalah kebanyakan orang tidak pernah merasa baik-baik saja setelah kehilangan orang terdekatnya. Tahap ini adalah tahap dimana individu akhirnya menerima kenyataan bahwa orang atau benda yang dicintai sudah pergi dan tidak akan bersama lagi. Belajar untuk menerima dan hidup dengan kenyataan menjadi inti dari tahap ini. Setelah itu, upaya selanjutnya adalah mencoba untuk menyesuaikan dengan kenyataan yang ada. Hal yang sudah hilang mungkin tidak bisa tergantikan, tetapi banyak hubungan dan koneksi baru yang bermakna.

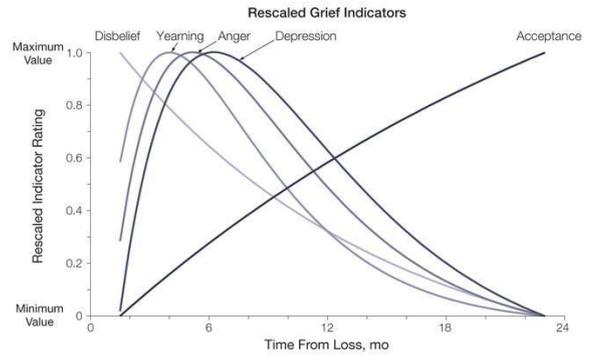
Menjalani proses berduka bukanlah hal yang mudah. Beberapa orang bahkan menganggap perasaan duka mustahil untuk dilalui dan diterima. Maka dari itu, saat merasa kesulitan dan butuh bantuan untuk mengatasi rasa duka tersebut, konseling terapi atau sebatas "curhat" ke pihak lain mungkin dapat menjadi bantuan yang baik. Kembali mengacu pada buku Kübler-Ross yang berjudul *On Grief and Grieving* (2005), dijelaskan bahwa proses dan tahapan ini merupakan respons pribadi terhadap rasa duka yang dirasakan. Pernyataan ini menegaskan kembali bahwa setiap pribadi akan melalui tahapan yang

berbeda-beda dan setiap respons yang dialami unik untuk dirinya masing-masing.



Grafik 1 Hipotesis mengenai tahapan *Stage of Grief* yang dialami oleh manusia saat berduka (sumber: Maciejewski dkk., n.d., 2007)

Grafik diatas yang diperoleh dari riset dengan judul “*An Empirical Examination of the Stage Theory of Grief*”, menggambarkan tentang hipotesis tahapan dari beberapa orang yang sedang berduka (Maciejewski dkk., n.d.). Grafik diawali dengan tahap *disbelief* atau *denial* yang sangat tinggi di bagian awal. Pada grafik ini, setelah tahap penolakan, tahap yang dilalui selanjutnya adalah *yearning* atau kerinduan. Kemudian dilanjutkan dengan *anger* dan *depression*. Tahap *yearning*, *anger*, dan *depression* memiliki grafik yang serupa, yaitu naik pada periode tengah berduka dan turun pada akhir periode waktu berduka. Grafik naik digambarkan oleh tahap *acceptance*, dimana pada awal proses berduka grafik menunjukkan tingkat yang rendah dan semakin menjulang naik pada akhir waktu mengalami duka.



Grafik 2 Indikator tahapan *Stage of Grief* setelah melakukan survey (sumber: Maciejewski dkk., n.d., 2007)

Setelah melakukan survey dan menerapkan waktu proses berduka pada grafik, Maciejewski PK, Zhang B, Block SD, Prigerson HG memperoleh hasil yang tidak jauh berbeda dengan hipotesis yang mereka rancang sebelumnya. Grafik ini menjelaskan bahwa sebagian besar orang yang berduka akan melalui *Stage of Grief*, walaupun tidak disadari secara langsung. Grafik tersebut juga menjelaskan bahwa periode berduka setiap orang berbeda-beda. Kelima tahapan ini tidak bersifat menentukan, tetapi lebih menggambarkan keadaan atau suasana yang dilalui selama berduka. Bahkan, hanya menggambarkan tahapan secara umum. Hal ini terjadi karena duka satu orang akan berbeda dengan duka orang lain. Tidak ada pula rentang periode waktu tertentu yang dapat dipastikan dalam melewati proses berduka, mulai dari satu bulan, enam bulan, bahkan sampai dua tahun (Kübler-Ross & Kessler, 2005:2).

Teori Minat Baca dan Pengaruh Penggunaan Elemen Visual Terhadap Minat Baca

Minat membaca pada anak tumbuh melalui sebuah proses dan tahapan yang berkelanjutan. Secara singkat, minat baca muncul karena adanya suatu kebiasaan yang dilakukan sejak dini. Minat baca diartikan sebagai sebuah keinginan kuat yang disertai upaya-upaya seseorang untuk membaca (Rahim, 2008:28). Keinginan untuk membaca akan diwujudkan dengan adanya kesadaran dari diri sendiri untuk mendapat bahan bacaan dan membacanya.

Bastiano dan Sudarsana (2010) menjelaskan bahwa ada beberapa aspek yang mempengaruhi minat baca seseorang, yaitu: kesenangan membaca, kesadaran manfaat membaca, frekuensi membaca, dan jumlah buku bacaan yang pernah dibaca. Kesenangan membaca akan muncul karena adanya minat baca yang sudah ditanamkan sejak dini. Rasa senang tersebut menjadi dasar yang kuat untuk seseorang menjalankan sebuah aktivitas dengan penuh kenikmatan. Upaya yang dapat dilakukan untuk membangun minat baca adalah dengan menyadari manfaat dari membaca. Kesadaran tersebut dapat menimbulkan paradigma baru tentang membaca. Minat baca seseorang juga dipengaruhi oleh keseringan atau frekuensi individu membaca suatu bacaan. Selain frekuensi, jumlah buku yang dibaca juga menjadi faktor lain yang mempengaruhi minat baca yang tinggi.

Kualitas dari bacaan yang dibaca secara tidak langsung akan mempengaruhi minat baca. Dengan membaca suatu literasi dengan konten yang berkualitas, hal tersebut akan menimbulkan ketertarikan untuk membaca literasi lainnya. Khususnya dalam usia remaja, jenis buku yang dibaca akan sangat berpengaruh. "Salah satu ciri yang menandai remaja urban yang gemar membaca untuk kesenangan adalah mereka biasanya selalu memanfaatkan waktu luang untuk membaca buku atau komik, bahkan hingga ke tingkat kecanduan" (Sugihartati, 2010: 106). Remaja yang tidak gemar membaca pun pada umumnya senang membaca komik atau literasi berilustrasi karena sifatnya yang lebih ringan dan lebih ekspresif.

Menurut Hernowo (dalam Indratno, 2003), teks yang dilengkapi dengan gambar dapat merangsang otak kiri dan kanan agar saling mendukung dalam memahami bacaan tersebut. Hal ini tidak bisa dipungkiri karena gambar-gambar pendamping isi teks menanamkan motivasi pada pembaca sehingga informasi lebih efektif tersampaikan. Cara penyampaian informasi dengan bantuan gambar juga dapat memperkuat ingatan pembaca. Selain sebagai penjelas informasi atau teks, menurut Smith (Shinta dkk, 2005:47), setidaknya ada tiga peranan penting ilustrasi dalam sebuah literasi, yaitu: ilustrasi mampu memberikan ruang bagi pembaca untuk berimajinasi, ilustrasi mampu merangsang pembaca untuk mengenal estetika, dan

ilustrasi harus mampu memberikan kenikmatan pada pembacanya.

Teori Zine

Zine adalah sebuah media visual yang memiliki kebebasan dalam menjelaskan isi topik. *Zine* diciptakan oleh seorang *editor zine science fiction, Detours*, Russ Chauvenet pada tahun 1940. *Zine* merupakan media alternatif yang muncul karena ramainya media *mainstream* saat ini. “*Zine* bukan hanya sebuah pesan yang bisa diterima, tapi juga model produksi dan organisasi budaya partisipatif yang harus ditindaklanjuti” (Duncombe, 1997: 129). Dari kutipan tersebut, dapat diketahui bahwa *zine* tidak terbatas untuk golongan tertentu saja. Semua orang dapat membaca dan membuatnya karena *zine* menawarkan kultur *Do It Yourself*.

Dalam *zine*, hal yang paling penting adalah nilai dari kontennya itu sendiri. Dilihat dari isinya, pada umumnya *zine* tidak memuat banyak halaman. *Zine* pada umumnya terbatas sekitar 10-40 halaman (Arian, 2002). Isi dari *zine* juga beragam dan pada umumnya lebih fokus pada visual atau gambar sebagai daya tarik. Tapi tidak sedikit juga *zine* yang memiliki proporsi teks lebih berat dibanding dengan gambar.

Karena memiliki keterbatasan halaman, tata letak atau *layout* yang diterapkan lebih dinamis dan mengikuti *grid* yang lebih fleksibel, berbeda dengan majalah konvensional yang lebih tertata rapi. Penempatan teks dan

elemen visual lebih beragam dan “bermain” dengan tujuan agar pembaca tidak merasa bosan. Untuk mencapai keseimbangan antara teks dan elemen visual, *modular grid* sering digunakan karena lebih fleksibel dan praktis untuk konten yang beragam.

Pemilihan visual dalam media *zine* sangatlah beragam. Karena *zine* bersifat lebih personal, *style* yang digunakan mengikuti selera dari perancang *zine* tersebut. Mulai dari elemen visual berbentuk grafis, ilustrasi, sampai bentuk fotografi dapat menjadi pendamping teks dalam *zine*. Elemen visual yang digunakan dapat menjadi dekorasi, tetapi dapat juga menjadi suatu bentuk komunikasi visual sebagai penyampaian bahasa tubuh, ekspresi, emosi, dan karakter untuk merepresentasikan kepribadian dari sebuah objek (Pridyaputri, A.C., & Aditya, D. K., 2019). Elemen visual tersebut dikatakan juga sebagai sebuah gambar yang ditujukan untuk mengikuti sebuah teks atau informasi yang berfungsi untuk memperkuat pengaruh dari teks tersebut.

Elemen yang tidak kalah penting adalah tipografi. Pemilihan tipografi yang tepat akan memperkuat penyampaian informasi yang ada. Jenis tipografi yang digunakan pun tidak terpaku pada suatu aturan tertentu. Sebaliknya, tipografi yang dipilih lebih beragam, selama informasi yang disampaikan dapat dibaca dengan jelas. Begitu pula dengan warna-warna yang dipilih sebagai *color palette*. Kombinasi warna yang tepat sangat

menentukan *mood* atau kesan yang ingin disampaikan. Warna aksen yang lebih mencolok dapat membantu meng-*highlight* informasi yang penting.

Pada umumnya, *zine* untuk remaja terlihat lebih modern dan *edgy*, dengan tujuan untuk memberikan daya tarik dalam segi visual. Berdasarkan sejarah *zine* yang merupakan kultur *punk* di London pada tahun 70-an (Arnold, 2016), *zine* yang dipublikasikan mengarah ke *style* dan visual yang “nakal” karena diharapkan menjadi suatu gebrakan kepada publik pada waktu itu. Dengan gaya visual yang cukup berbeda tersebut, *zine* lebih dipandang dan banyak orang yang mulai tertarik dengan *zine*. Oleh karena itu, eksperimental menjadi kata kunci yang cukup penting dalam pembuatan *zine*.

Penggunaan bahasa cenderung lebih santai layaknya obrolan sehari-hari, dibandingkan dengan bahasa formal dalam jurnal atau literasi lainnya. Hal ini lebih memudahkan pembaca dalam memahami informasi yang akan disampaikan, terutama pada pembaca muda usia remaja. Penyampaian bahasa juga menyesuaikan konten yang dibawakan dalam *zine* tersebut. Karena *zine* merupakan media publikasi yang bersifat personal, konten dan bahasa yang disampaikan lebih fleksibel dan tidak harus selalu dalam bentuk formal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan membaca dapat menjadi suatu aktivitas pengalihan diri dari sesuatu yang

mengganggu. Membaca dapat mengalihkan otak dari emosi yang negatif ke emosi yang lebih menenangkan. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, didapatkan beberapa pemahaman bahwa dengan mengenali tahapan *Stage of Grief*, dapat membantu seseorang yang sedang berduka memulai proses *coping* atau penyembuhan.

Perlu diketahui bahwa kelima tahapan *Stage of Grief* hanya menjadi gambaran secara umum dan tidak bisa disamaratakan pada semua orang. Bagi mayoritas orang yang berduka, memahami *Stage of Grief* dapat menjadi salah satu alat dan sarana yang membantu mereka dalam melalui masa berduka. Dengan memahami kelima tahapan tersebut, diharapkan individu dapat lebih mengerti dan mengenali berbagai respons manusia terhadap duka. Tanpa disadari, kelima tahapan tersebut (mungkin ada tahapan personal lain yang dilalui) dapat membuat pembaca mengerti bahwa semua emosi yang dirasakan saat berduka adalah sesuatu yang valid dan normal. Bahkan saat mengalami suatu keterpurukan, bila sudah mengenal *Stage of Grief*, diharapkan tahapan ini dapat membantu dan menjadi panduan bahwa semua akan berlalu sesuai dengan waktunya masing-masing.

Dari beberapa literasi yang dipilih, literasi *Teens and Grief* (2002) memuat konten seputar *Stage of Grief* berdasarkan hasil riset ilmiah yang ditulis oleh Donna Schuurman dan Amy Barrett Lindholm. Jurnal ini berisi tentang

pengalaman beberapa responden yang sedang berduka. Dari pengalaman-pengalaman tersebut, ditarik benang merah yang menyatakan bahwa mayoritas dari responden akan mengalami kelima *Stage of Grief*, disadari maupun tidak disadari.



Gambar 1 Tampilan jurnal riset ilmiah (sumber: Schuurman& Barrett Lindholm, 2002)

Dalam format jurnal, *layout* dan tampilan dari literasi ini mengikuti petunjuk atau arahan yang bersifat lebih kaku dan formal. Sistem *grid* yang digunakan adalah *column grid* sederhana yaitu dua kolom. Tipografi yang dipilih pada judul dan isi jurnal adalah jenis tipografi *serif*, yang terlihat lebih formal dan dewasa, menyesuaikan jenis jurnal tersebut. Penggunaan warna hijau sebagai aksen memberikan daya tarik sebagai *highlight* dari beberapa bagian informasi. Elemen visual yang digunakan cukup sederhana, yaitu hanya berupa bentuk persegi dan garis yang terlihat seperti garis tepi. Walaupun isi dari jurnal ini

sangat berguna untuk memahami *Stage of Grief* pada remaja, namun bentuk literasi dengan visual yang polos menjadikannya kurang menarik untuk pembaca muda.

Penggunaan visual dan pemilihan konten dalam literasi tentang *Stage of Grief* sangat beragam, khususnya literasi dalam bentuk media *zine*. Sebagai contoh, "*a Zine about Grief*" yang ditulis oleh Eboni Wyatt pada tahun 2021 berisi tentang serangkaian perenungan tentang perjalanan penulis dalam melalui duka kehilangan sang ayah.

Zine ini berisi penggalan-penggalan isi hati Wyatt yang dilengkapi dengan hasil fotografi pribadinya. Foto-foto yang terlampir mencerminkan berbagai titik dalam hidup penulis saat ia merindukan kehadiran ayahnya. Penulis memiliki harapan agar *zine* ini dapat memicu dialog seputar topik kesedihan, kesehatan mental, penyembuhan, dan juga dapat merangkul orang lain yang mengalami duka serupa.



Gambar 2 Salah satu halaman "a Zine about Grief" (sumber: Wyatt, 2021)

Proporsi teks dalam *zine* ini lebih banyak daripada elemen visualnya. Walaupun lebih berat dalam teks, keseimbangan antara elemen visual dan teks dapat dirasakan dengan adanya penempatan teks dan foto yang tepat. Sistem *grid* yang digunakan juga cukup sederhana, tapi tetap mudah dibaca. Tipografi yang digunakan adalah jenis tipografi *mono*, yang memberikan kesan sentuhan pribadi dari sang penulis. Foto-foto hasil jepretan penulis sebagai elemen visual membantu memvisualisasikan penggalan cerita yang disampaikan penulis. Karena terdapat banyak *white space*, pemilihan warna dalam *zine* ini lebih fleksibel dan beragam. Setiap foto yang dilampirkan di setiap halamannya memiliki warna-warna yang berbeda, menyesuaikan alur cerita yang menjadi isi dari *zine* ini.

Contoh *zine* dengan gaya visual lainnya adalah *zine* dengan judul “*Games and Grief*” oleh Sam Dawson, yang dipublikasikan pada tahun 2022.



Gambar 3 Halaman *spread* “*Games and Grief*”
(sumber: Dawson, 2022)

Zine ini merupakan proyek pribadinya yang juga berisi tentang serangkaian renungan pengalaman penulis saat kehilangan ayahnya. Konsol permainan yang dipakai sebagai pelarian dirinya merupakan pemberian ayahnya sebelum meninggal. Penulis menggunakan *game* tersebut sebagai alat bantu dalam melewati masa-masa dukanya. Selain bermain *game*, penulis juga menjadikan perancangan *zine* ini sebagai cara lainnya untuk melewati masa-masa berduka yang ia alami sendiri.

Penggunaan kalimat dalam *zine* ini lebih santai karena merupakan cerita hati pribadinya. Berfokus pada pengalamannya bersama mendiang ayahnya, konten yang dibawakan memberikan kesan “curhat” yang sangat personal. Penempatan teks dan elemen visual lebih luwes karena menggunakan sistem *grid modular*. Dengan elemen visual yang menggunakan *style pixelated*, ilustrasi yang mendampingi teks ikut memperkuat dan menjelaskan teks. Tipografi jenis *pixelated* dan *mono* dipilih sebagai judul dan isi teks dan terlihat menjadi perpaduan yang baik. Kombinasi ini memberikan kesan “bermain” dan melengkapi *style pixelated* dari elemen visualnya. Pemilihan dua warna yang cukup cerah, yaitu merah muda dan biru sebagai warna utama, menyeimbangkan konten teks yang cenderung berbobot berat.

Dalam pembahasan tentang konten yang disajikan dalam media *zine*, selain berupa cerita hati sang penulis, ada berbagai ragam

konten lainnya yang membuat *zine* lebih menarik dalam pemilihan konten. *Zine* dengan judul “*Grieving is Healing*”, yang ditulis oleh Annabeth Roeschley dan diilustrasikan oleh Peregrine Bermas memuat berbagai macam konten. *Zine* ini sebenarnya dikhususkan untuk para penyintas penyiksaan polisi dalam penjara. Tetapi, kontennya yang beragam dapat diterima oleh banyak orang lain yang mengalami duka secara umum.



Gambar 4 Halaman dengan konten penggalan puisi
(sumber: Roeschley, 2021)

Dalam *zine* ini, sistem *grid* yang digunakan lebih kaku. Teks yang lumayan penuh diselingi dengan elemen visual dan aksan tertentu yang mengurangi kekakuan dari *grid* yang digunakan. Tipografi yang digunakan berupa kombinasi jenis tipografi *sans serif* dan *rounded sans serif*. Warna yang digunakan pada *zine* ini hanya hitam dan putih, tetapi elemen visual yang ditampilkan berupa ilustrasi cukup kompleks dan detail, sebagai pendamping konten isi dari *zine*. Pemilihan gaya ilustrasi ini cukup memperkuat dan menyeimbangkan konten isi yang disajikan.

Salah satu konten yang cukup menarik adalah tersedianya halaman *worksheet* dengan beberapa pertanyaan yang dapat menjadi bahan refleksi untuk pembaca. *Zine* ini bersifat lebih interaktif dan personal bagi para pembacanya, dimana setiap dari kontennya memiliki esensinya masing-masing. Beberapa konten menarik lainnya yaitu penggalan-penggalan puisi, rekomendasi aktivitas yang dapat dilakukan untuk mengalihkan perhatian, dan penjelasan umum yang berkaitan dengan topik duka.

Sebagai objek kajian tambahan, konten yang dimuat pada *Instagram post* yang dipublikasikan oleh akun @selflovewarrior.id juga mempunyai daya tarik tersendiri. Penggunaan fitur *Instagram carousel* menambah rasa keingintahuan para pembaca. Karena menggunakan *platform Instagram*, pemilihan konten dan bahasa akan berbeda, yaitu cenderung bersifat lebih santai layaknya bahasa sehari-hari. Tanpa memuat banyak kata-kata, informasi dalam konten tetap tersampaikan dengan baik dengan bantuan ilustrasi pendukung, Ukuran media yang juga berbeda mempengaruhi tata letak dari teks yang ada. Penggunaan warna yang lebih variatif membuat konten ini lebih menonjol dan menarik mata para pembaca.



Gambar 5&6 *Instagram post* tentang topik duka (sumber:<https://www.instagram.com/p/CS9GuH3IYkw/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>)

Untuk usia remaja, kemungkinan besar literasi dengan bentuk jurnal atau riset ilmiah akan diabaikan karena tampilannya yang kurang menarik. Berdasarkan konten yang disajikan, media visual seperti *zine* dan *Instagram post* akan lebih dilirik remaja karena konten yang disajikan memang bertujuan untuk menarik hati target pasarnya. Selain konten yang cukup beragam, elemen visual yang disajikan menjadi pelengkap dan menjadi daya tarik dari *zine* sebagai media literasi yang mengangkat topik *Stage of Grief*.

SIMPULAN

Membaca literasi dengan topik *Stage of Grief* bagi orang yang sedang berduka dapat menjadi sebuah langkah awal dalam proses berdukanya. Tetapi belum banyak orang yang menyadari hal ini karena literasi yang masih minim, khususnya untuk para pembaca muda. Pembaca muda cenderung memilih literasi dengan gambar atau ilustrasi, dibandingkan dengan jurnal atau riset ilmiah yang hanya memuat kalimat.

Zine menjadi salah satu media yang dapat mengangkat topik berbobot berat, tetapi tetap diseimbangkan dengan konten yang ringan agar pembaca tetap dapat menikmati waktunya saat membaca. *Zine* juga memberikan kebebasan kepada penulis untuk mengekspresikan dan mengutarakan isi hatinya dalam bentuk media visual. Konten yang disajikan dalam *zine* terkait *Stage of Grief* memiliki kekhasannya masing-masing. Konten tersebut mayoritas bersifat lebih personal karena berasal dari pengalaman pribadi sang penulis.

Dari *zine* yang dikaji, konten-konten yang tersedia sangat beragam, mulai dari konten literasi dalam bentuk cerita pengalaman pribadi, konten yang bersifat interaktif seperti pertanyaan refleksi, sampai dengan daftar informasi layanan bantuan terkait dengan proses berduka. Keragaman jenis konten tersebut memiliki sebuah persamaan dimana konten-konten yang diberikan bersifat interaktif dan mengajak pembaca agar ikut merasakan pengalaman atau informasi dari para penulis dan diharapkan dapat membantu jalannya proses berduka.

Selain konten yang disajikan, penggunaan tipografi dan elemen visual dalam media visual *zine* juga cukup beragam dan menyesuaikan konten dari *zine* tersebut. Setiap ilustrasi yang ditampilkan membantu para pembaca, khususnya remaja, dalam memahami informasi dengan efektif karena ilustrasi yang

digunakan berfungsi untuk menjelaskan atau menggambarkan topik yang sedang dibahas. Dalam beberapa zine yang ditemukan, elemen visual (ilustrasi atau foto) yang digunakan merupakan hasil karya dari penulis *zine* itu sendiri. Hal ini memberikan keunikannya tersendiri, dimana *style* ilustrasi yang digunakan menjadi sebuah pelengkap. Begitu juga dengan tipografi dan sistem *grid* dalam beberapa *zine* yang dikaji. Penggunaan *grid* dan tipografi yang tepat dapat membentuk hierarki yang baik sehingga informasi dapat dibaca dengan mudah. Kombinasi tipografi yang unik dapat memberikan kesan dan daya tarik tersendiri. Unsur-unsur tersebut (sistem *grid*, tipografi, dan ilustrasi) memegang peranan penting dalam *zine* sebagai penguat konten yang disajikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. (2016). Metode Penelitian Kualitatif. PT RAJA GRAFINDO PERSADA. 13.
- Anggita Sari, Putri. (2014). Pengembangan Komik Bahasa Prancis Berlatar Indonesia Untuk Keterampilan Membaca Kelas XI SMAN 3 Purworejo. Yogyakarta. Skripsi.
- Arian. (2002). "Zine, to change the world, it may not work but it surely is fine trying". Trolley.
- Dawson, Sam. (2022). Games and Grief: a Digital Zine. https://issuu.com/sagepixels/docs/final_zine
- Duncombe, Stephen. (1997). Notes from Underground: Zines and the Politics of Gutenberg. Johannes (ca. 1400-1468)
- Indratno, S. (2003). "Tinjauan Tipografi pada Buku Cerita Bergambar (Studi Kasus Buku Cergam Terbitan PT Elex Media Komputindo Jakarta). Yogyakarta: Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia.
- Krull, E. (2022). *What Happens During the Bargaining Stage of Grief?* <https://www.joincake.com/blog/bargaining-stage-of-grief/>
- Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2005). *On Grief and Grieving*. Simon & Schuster.
- Maciejewski, P. K., Zhang, B., Block, S. D., & Prigerson, H. G. (n.d.). *An Empirical Examination of the Stage Theory of Grief*. 9.
- Pridyaputri, A. C., & Aditya, D. K. (2019). Perancangan Media Informasi Pentingnya Memahami Kecerdasan Emosional Remaja. e-Proceeding of Art & Design, 6(3)
- Rahim, Farida. (2008). Pengajaran Membaca di Sekolah Dasar. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Roeschley, Annabeth. (2021). Grieving is Healing Zine. https://issuu.com/chicagotorturejustice/docs/grieving_is_healing_zine

Schuurman, Donna & Barrett Lindholm, Amy.

(2002). The Prevention Research : Teens and Grief.

https://www.gvsu.edu/cms4/asset/903124DF-BD7F-3286-FE3330AA44F994DE/teens_a_grief_2.pdf

Shinta, A., Listiari, E., & Bimono. (2005). Studi Eksperimen Peningkatan Mutu Gambar dengan Menggunakan Metode Bercerita pada Murid-Murid TK Indiyasana Maguwoharjo Yogyakarta. Volume 1. Yogyakarta: Jurnal Psikologi. Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta.

Sudarsono & Bastiano. (2010). Pembinaan Minat Baca. Universitas Terbuka.

Sugihartati, Rahma. (2010). Membaca, Gaya Hidup dan Kapitalisme. Graha Ilmu.

Wyatt, Eboni. (2021). A Zine about Grief.

https://issuu.com/sagepixels/docs/final_zine

Yusuf, S. 2003. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: PT Rosda Karya Remaja.