

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis selama ini, bahwa kampanye yoga tertawa sampai saat ini belum pernah ada di Indonesia, namun keberadaannya sedang semakin meluas di Indonesia, seperti di Jakarta pernah dilakukannya yoga tertawa bersama di pagi hari dan adanya klub yoga tertawa yang berada di Bali. Memungkinkan adanya sebuah kampanye yang dimulai dari Kota Bandung, karena kota Bandung sendiri adalah kota yang dimana orang-orangnya mudah menerima hal-hal baru dan unik dan mudah tertawa, oleh karena itu pemilihan tempat kampanye awal untuk yoga tertawa ini bertempat di Kota Bandung.

Cara awal memperkenalkan yoga tertawa ini baik dilakukan pada dunia perkantoran, karena salah satu syarat dari yoga tertawa ini adalah baik dilakukan dengan banyak orang karena tawa itu menular. Dengan memasukan yoga tertawa ke dalam program kantor menjadikan sesuatu hal yang baru dan menyenangkan bagi karyawan dan perusahaan, sehingga para pekerja kantoran dapat merasakan manfaat dari yoga tertawa.

5.2 Saran Penulis

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh kesimpulan yang ada, maka penulis mencoba memberikan masukan dan saran kepada pihak Klub Yoga Tertawa di Bali agar dapat lebih mengembangkan klub ini menjadi lebih luas lagi, agar banyak orang yang dapat merasakan khasiatnya secara rutin tanpa harus bepergian secara jauh.

Dengan adanya kemauan dari orang Indonesia untuk tidak malu untuk mengikuti yoga tertawa ini akan membawa dampak positif yang selama ini tidak terpikirkan sebelumnya, seperti timbulnya percaya diri, kesehatan yang meningkat, dengan itu perlu adanya dukungan untuk mengembangkan yoga tertawa ini secara lebih dalam terhadap masyarakat Indonesia.

Saran dari penguji untuk tugas akhir yoga tertawa ini, agar adanya perbedaan antara ajakan untuk mengikuti yoga tertawa dan ajakan untuk tertawa, dapat lebih memperdetail dan mengolah karakteristik wajah karikatur. Penggunaan warna merah pada tahap attitude baiknya dibuat lebih gelap dengan warna merah tua, untuk memberi kesan lebih dalam tekanan dan kontras dengan suasana ceria sebelumnya.