

Buku Ilustrasi Sebagai Media Informasi Tentang Gangguan Bipolar Pada Remaja

Risqa Hasanah¹, Yuliarni², Nefri Anra Saputra³

¹ Program Studi Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padang Panjang

² Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padang Panjang

¹ risqahasana22@gmail.com, ² yuliarni2807@gmail.com, ³ nefrianrasaputra@gmail.com

Abstrak

Kesehatan mental sangatlah penting, salah satunya adalah Gangguan Bipolar Disorder yang merupakan gangguan Mood yang serius yang sering kali disalah artikan sebagai mood swing dilakukan dengan Self-diagnosis yang mana dalam ini remaja sering kali melakukannya dan rentan nya di usia remaja terkena gangguan Bipolar, dalam gangguan bipolar terdapat fase mania yang merupakan fase produktif ekstrem tanpa merasa lelah, dan fase Depresi seperti fase depresi klinis lainnya. Pada keilmuan Desain Komunikasi Visual, perancangan media Informasi dapat diwujudkan dengan bentuk buku ilustrasi dengan cerita pendek mengisahkan kehidupan sulit Kalila yang di bantu dengan Baskara, dengan bagian terakhir yang dapat melakukan Journaling mencatat buku harian, hal ini dapat mempermudah para ahli untuk melihat gelombang emosi seseorang. Proses untuk perancangan ini yang dilakukan antara lain observasi, dan pengumpulan data dengan wawancara. Analisis menggunakan metode AIDCA, sehingga tercipta desain media informasi buku ilustrasi dengan bauran media perancangannya media informasi Gangguan Bipolar pada Remaja dalam bentuk Buku ilustrasi interaktif, dengan kartu pertanyaan, bauran media digunakan untuk Dua Sisi berupa poster, X banner, media sosial, dan merchandise.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Media Informasi, Bipolar

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik maupun mental. Dengan rentang usia remaja adalah 10-21 tahun dan belum menikah, [1, p. 3]

Lingkungan kita dapat mempengaruhi cara kita berinteraksi dengan orang lain secara positif maupun negatif. Pada masa ini umumnya remaja mulai dihadapkan dengan persoalan yang lebih berat terkait masa depan seperti melanjutkan kejenjang perkuliahan, pekerjaan, atau berwirausaha. Berdasarkan salah satu kasus remaja berumur 17 tahun yang tiba tiba terjun dari lantai 3 mall tanpa sebab yang merupakan pengidap bipolar, berapa kasus lainnya gejala gangguan bipolar itu terjadi saat remaja, rentan terhadap ketidakstabilan emosi, oleh karena itu mereka perlu belajar sejak masa remajanya untuk menghindari masalah dalam kelompok usianya dan Masyarakat,

Emosi yang dihasilkan dapat mempengaruhi gerakan otot wajah yang dikenali sebagai ekspresi wajah, ekspresi wajah emosi yang dialami seseorang. yang mendorong, tindakan, atau reaksi seseorang terhadap rangsangan [2, p. 2] Emosi terbagi menjadi dua emosi positif dan emosi negatif dengan emosi positif yaitu cinta, bahagia, emosi negatif yaitu, sedih, takut, terkejut, jijik, marah, dan cemas. Banyak juga cara-cara seseorang dalam mengendalikan emosinya, hal ini tergantung kepada orang tersebut bagaimana kemampuannya dalam mengendalikan emosi yang sedang dialaminya. Jika seseorang mampu mengendalikan emosinya maka akan berdampak positif pada dirinya, Jika seseorang tidak mampu mengendalikan emosi maka akan berdampak negatif pada dirinya. Umumnya para remaja sering mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi. [3, p. 9]

Gangguan emosi atau mood adalah kesulitan dalam mengatasi dan berperilaku tidak sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan suatu kelompok umur atau masyarakat, sehingga menimbulkan kerugian bagi diri sendiri atau bahkan orang lain [4, p. 3]

Kementerian Kesehatan menjelaskan bahwa gangguan bipolar sebagai gangguan jiwa yang ditandai dengan perubahan emosi yang cepat. Misalnya saja dari perasaan gembira yang tiba-tiba meningkat hingga perasaan depresi yang parah. Sementara itu di dalam laman Our World in Data memaparkan bahwa Meskipun gangguan lain seperti skizofrenia dan gangguan bipolar lebih jarang terjadi, keduanya tetap memiliki dampak besar pada kehidupan masyarakat. Diperkirakan satu dari tiga wanita dan satu dari lima pria akan mengalami depresi berat dalam hidupnya. Depresi ini juga termasuk sebagai salah satu gejala dari gangguan bipolar, yang merupakan kondisi mental serius. selanjutnya data dari Databox tahun 2023 menjelaskan bahwa prevensi gangguan bipolar pada pria sebesar 0,33% proposinya sama dengan Perempuan.

yang disampaikan salah satu ahli bahwa rata rata pasien dengan gangguan tersebut dalam setahun ada 120, penyebabnya adalah tidak berani mengungkapkan apa yang dialami dan juga tidak berani memeriksakan. Dalam hal ini dapat disimpulkan

rumusan pemasalah diatas Bagaimana cara merancang media informasi tentang gangguan bipolar yang informatif ? dan Pengaruh apa yang diberikan gangguan bipolar terhadap kehidupan sehari-hari?

Untuk dapat menyelesaikan masalah diatas perancangan media informasi gangguan bipolar pada remaja dengan menggunakan buku ilustrasi cerpen dengan kombinasi narasi dan teks diharapkan dapat mencegah gangguan bipolar pada remaja dalam buku ini akan di jelaskan gejala atau hal-hal yang memicu gangguan pada bipolar dan dapat meningkatkan minat baca pada remaja.

METODE

Tahapan Penelitian

Perancangan ini menggunakan metode analisis AIDCA (Attention-Interest-Desire-ConvictionAction), untuk merancang Media Informasi Gangguan Bipolar pada Remaja Proses perancangan diawali dengan pengumpulan data primer dan sekunder yang dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu observasi, dan wawancara, metode analisis perancangan A,I,D,C,A

Metode Pengumpulan Data

a) Observasi

serta pengamatan fenomena yang terjadi di wilayah setempat, yaitu masih ada masyarakat yang meyakini bahwa penderita bipolar dapat beradaptasi dengan lingkungan sosial apapun. Pendapat negatif yang disampaikan masyarakat terhadap penderita gangguan bipolar. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang penderita gangguan bipolar. Hal ini sering menyebabkan masyarakat melakukan self diagnosis

b) Wawancara

Wawancara dilakukan berdasarkan rekomendasi dari pak Anra sebagai dosen pembimbing untuk memwawancarai ibu RR. Sri Haryatini seorang Psikolog di RSUD Padang Panjang. Untuk memperkuat perancangan ini pengkarya melakukan wawancara dengan Dr. Anna Amaliana Sp.Kj yang merupakan seorang Psikolog yang focus pada spesialis gangguan Bipolar pada halodoc.

Metode Analisis Data

Untuk memastikan dapat menghasilkan perancangan media informasi dilakukan analisis terhadap apa lingkungan remaja pada zaman sekarang tentang gangguan bipolar menggunakan AIDCA

a) Analisis AIDCA

Model AIDCA (Attention-Interest-Desire-ConvictionAction), dapat membantu mencapai respon yang lebih baik dari target audiens, Menarik perhatian dengan kalimat-kalimat yang menggunakan headline dengan Berdasarkan penelitian dan observasi pilihanya yang tepat untuk warna yang akan dipilih adalah warna biru dan pink, font sans serif agar dapat terkesan simple, agar mudah dipahami(Attention), menggugah minat khalayak sasaran dengan penjelasan produk dan jasa yang dicantumkan dalam headline, buku ilustrasi untuk pembelajaran dapat meningkatkan minat membaca pembaca. Buku Ilustrasi yang menggabungkan teks dan gambar visual dapat menarik perhatian pembaca dengan cara yang lebih menarik dan interaktif dibandingkan buku teks tradisional. Ilustrasi visual dapat membantu memperjelas konsep, menyampaikan emosi, dan memberikan konteks tambahan untuk membantu pemahaman, terutama bagi pembaca visual dan pelajar muda (Interest). membangkitkan hasrat dengan sugesti yang dicantumkan dalam konten, Dalam hal ini rasa penasaran dan juga awerness terhadap diri sendiri untuk mengetahui lebih lanjut tentang gangguan bipolar diharapkan membuat audiens memiliki kemauan untuk memeriksakan diri pada yang ahli, dibantu dengan kartu pertanyaan sebagai medianya (Desire), membujuk dengan menjamin kualitas produk dan jasa. memberdayakan. Mempengaruhi kelompok sasaran (conviction) dan akhirnya ajakan membeli dapat menarik kelompok sasaran (Action) . Alur dalam proses merancang pembuat media informasi dalam bentuk buku ilustrasi tentang gangguan bipolar pada remaja.



Gambar 1. Buku ilustrasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil karya Buku Ilustrasi

buku ilustrasi yang menggambarkan dua sisi dari gangguan Bipolar dan menceritakan tentang perjalanan menyelesaikan benang kusut dikepala seorang gadis remaja berusia 14 tahun bernama Kalila yang ditemani oleh sosok anak laki-laki berparas tampan seusia dengannya yang bernama Baskara. Buku ini juga berisi diary section dengan tujuan agar dapat mengungkapkan emosi dan perasaan dengan cara menuliskannya. Buku ini dibuat dengan ukuran A5 dengan menggunakan warna pink, biru, kuning, ungu dan navy yang berkaitan dengan dua fase yang dialami oleh pengidap gangguan Bipolar, dengan menggunakan font Times New Roman untuk menghemat ruang pada halaman dalam buku yang di kombinasikan dengan font Monserrat pada penjelasan beberapa informasi

PEMBAHASAN

Analisis Karya

Dalam perancangan ini menampilkan tampilan yang sangat cocok dengan remaja, dengan penyajian ilustrasi kartun yang cocok untuk remaja, yang akan di sukai oleh remaja.

Buku Ilustrasi Cerpen

Cover pada pada buku menggambarkan karakter Kalila yang memiliki dua sisi emosi yang bertolakbelakang dan tidak stabil serta ditambahkan dengan garis bergelombang yang memperjelas bahwa mood dan emosi yang naik turun secara drastis pada pengidap gangguan bipolar. Pemilihan ilustrasi pada perancangan buku Edukasi pendek ini yaitu menggunakan ilustrasi kartun yang disesuaikan pada minat anak SMP (Sekolah Menengah Pertama) sebagai target audiens pada perancangan buku ilustrasi edukasi ini. Pemilihan tipografi yang tepat perancangan ini dipilih dengan mempertimbangkan keterbacaan yang maksimal karena buku ini akan dirancang dengan narasi yang mendominasi diiringi dengan ilustrasi sebagai pendukung. Sehingga penggunaan font Poppins banyak diaplikasikan pada media pendukung seperti kartu pertanyaan, poster yang dikombinasikan dengan font Monserrat, sedangkan pada isi buku didesain menggunakan font Times New Roman hal ini dilakukan agar menghemat ruang pada halaman dalam buku ilustrasi edukasi ini. Dalam teori warna menurut psikologi Warna yang digunakan pada buku ilustrasi edukasi ini yaitu biru, pink, ungu, kuning, dan biru tua yang merupakan fase dalam bipolar. pink yang memiliki arti cenderung membuat jadi lebih tenang bahkan dapat membuat tertidur. Biru melambangkan depresi dan juga ketenangan secara bersamaan yang mana dalam hal ini kedua warna tersebut saling bertolak belakang cocok dengan definisi dengan gangguan bipolar Warna-warna ini dikombinasikan dengan warna putih yang miliki makna bahwa jika seseorang terjangkit gangguan Kesehatan bukanlah akhir dari perjalanan hidup. Bentuk berelombang pada perancangan media informasi ini digunakan dengan tujuan untuk menggambarkan mood yang naik turun secara drastis pada pengidap gangguan bipolar. Sedangkan penggunaan lambang kupu-kupu pada perancangan ini ditujukan untuk menggambarkan dua sisi emosi dalam satu jiwa yang sama.

Dua sisi dipilih sebagai nama buku Ilustrasi yang akan dibuat nantinya, pemilihan nama tersebut dikarenakan bipolar memiliki dua fase, dua sisi yang bertolak belakang namun kedua memiliki sisi negativenya sendiri, yang pergantiannya tak dapat di prediksi kemunculannya, yang mana dua sisi pada dua yang bertolak belakang dalam bipolar maka Dua sisi cocok dijadikan sebagai nama dari buku ilustrasi. Dengan topik Topik atau informasi yang sampaikan dalam buku ini akan menjelaskan tentang ggangguan bipolar dan tanda tanda gejala gangguan bipolar, menghimbau atau menyarankan untuk konsultasi kepada psikolog selain itu. Selain itu, buku ini juga mengangkat topik mengenai kepedulian terhadap kesehatan mental bagi orang-orang di sekitar kita, Dalam penyampain informasi tentang gangguan bipolar konsep verbal yang disampaikan dengan cerita pendek untuk memberikan contoh tentang tanda-tanda gangguan bipolar dan apa saja penmyebab gangguan bipolar, yang diharapkan dapat diterima oleh remaja dengan baik.

KESIMPULAN

buku ilustrasi dengan judul “Dua Sisi” disimpulkan bahwa Bipolar merupakan gangguan Kesehatan mental yang berupa gangguan mood yang mana dapat menyebabkan perubahan mood secara drastis, bahkan memiliki dua fase yaitu fase mania (sangat produktif) dan fase depresi yang mana pada beberapa kasus terdapat tindakan percobaan bunuh diri. Maka dari itu, gangguan Bipolar harus memiliki media informasi yang dapat mengarahkan penderita untuk segera melakukan konsultasi kepada para ahli seperti psikolog dan sejenisnya. Proses perancangan dimulai dari proses pengumpulan data, analisis data,serta menentukan konsep rancangan. Pada perancangan ini ditemukan masalah yaitu perlunya perancangan media informasi terkait gangguan Bipolar bagi remaja dikarenakan sebagai pencegahan agar tidak terjangkit pada usia dewasa, selain itu usia remaja merupakan masa pencarian jati diri yang memiliki rasa keingintahuan yang sangat tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- [A. Diananda, "PSIKOLOGI REMAJA DAN PERMASALAHANNYA," *J. ISTIGHNA*, vol. 1, no. 1, 2019, doi: 10.33853/istighna.v1i1.20.
- AL Sigit Guntero, Edy Julianto, and Djoko Budiyo, "Pengenalan Ekspresi Wajah Menggunakan Convolutional Neural Network," *J. Inform. Atma Jogja*, vol. 3, no. 2, 2022, doi: 10.24002/jiaj.v3i2.6790.
- S. R. Dewi and F. Yusri, "Kecerdasan Emosi Pada Remaja," *Educ. J. Pendidik.*, vol. 2, no. 1, 2023, doi: 10.56248/educativo.v2i1.109.
- Ulfa Suryani and V. Yazia, "Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja," *J. Keperawatan*, vol. 15, no. 2, 2023, doi: 10.32583/keperawatan.v15i2.862.