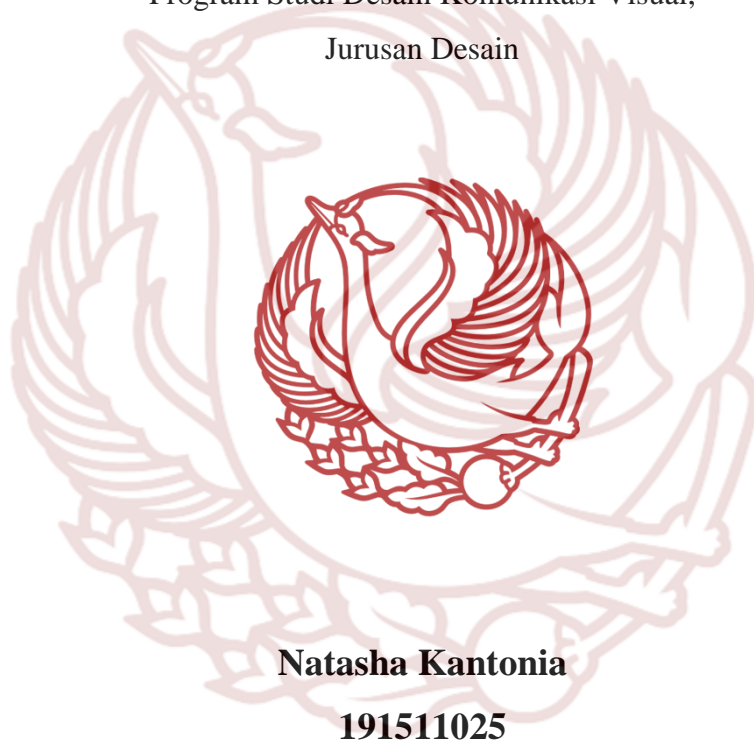


**BUKU ILUSTRASI CERITA INTERAKTIF SEBAGAI
MEDIA *ART THERAPY* PADA TAHAP DEPRESI
RINGAN GANGUAN MENTAL DISTIMIA**

TUGAS AKHIR KARYA

Untuk memenuhi sebagian persyaratan guna
mencapai derajat Sarjana Strata-1 (S-1)
Program Studi Desain Komunikasi Visual,
Jurusan Desain



Natasha Kantonia

191511025

**FAKULTAS SENI RUPA DAN DESAIN
INSTITUT SENI INDONESIA SURAKARTA
SURAKARTA**

2024

ABSTRAK
BUKU ILUSTRASI CERITA INTERAKTIF SEBAGAI MEDIA ART
THERAPY PADA TAHAP DEPRESI RINGAN GANGGUAN MENTAL
DISTIMIA

Natasha Kantonia¹, Rendya Adi Kurniawan²

Program Studi Desain Komunikasi Visual

Institut Seni Indonesia Surakarta

Jl. Ki Hadjar Dewantara 19, Surakarta

Email: natashakantonia1@gmail.com

Kesehatan mental merupakan bagian dari keselarasan hidup manusia. Berdasarkan Riskesdas 2018 jumlah penderita depresi di Indonesia mencapai 6,1% atau setara dengan 11 juta orang. Depresi terdiri dari dua jenis yaitu, depresi mayor dan depresi minor. Depresi minor atau distimia merupakan gejala depresi yang dialami penderita dalam kurun waktu 2 bulan hingga 2 tahun atau lebih secara berturut-turut. Tahapan awal sebelum penderita didiagnosis distimia, yaitu depresi ringan. Depresi ringan ditandai dengan gejala depresi yang dialami penderita dalam waktu kurang dari 2 bulan atau 2 tahun. Maka sebelum depresi tersebut menjadi lebih parah, perlu adanya intervensi untuk mengurangi tingkat depresi seseorang. Salah satu media intervensi yang terbukti keefektifannya adalah *Art Therapy*. *Art Therapy* merupakan sebuah proses pemulihan yang dilakukan dengan menciptakan suatu karya seni yang kreatif. Hal tersebutlah yang menginisiasi ide pembuatan buku ilustrasi cerita interaktif sebagai media *art therapy* pada tahap depresi ringan gangguan mental distimia. Buku interaktif ini berjenis *participation*, dimana pembaca akan melakukan intruksi atau perintah pada buku tersebut. Buku ciptaan ini menggunakan metode ADDIE sebagai tahap penciptaannya dan AISAS sebagai penyebaran karya secara *online*. Setelah proses perancangan selesai, terciptalah buku berjudul “*The Adventure of Me.*” Karya ciptaan tersebut, kemudian diujikan melalui *testing alfa* dan *testing beta*. Hasil *testing beta* diuji melalui metode uji kuesioner. Hasilnya menyatakan adanya penurunan tingkat depresi bagai 9 orang dari 10 responden yang diujikan. Maka, dapat disimpulkan bahwa buku ciptaan ini dapat bermanfaat positif bagi pembaca.

Kata Kunci: Buku Ilustrasi Interaktif, *Art Therapy*, Distimia, Depresi.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
MOTTO	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Gagasan Penciptaan.....	6
C. Tujuan Penciptaan	6
D. Manfaat Penciptaan	7
E. Tinjauan Sumber Penciptaan	7
F. Landasan Penciptaan.....	15
G. Metode Penciptaan	25
H. Sistematika Penulisan.....	29
BAB II IDENTIFIKASI DATA	30
A. Urgensi Distimia.....	30
B. Keefektifan Media Art Therapy	36
C. Analisis SWOT.....	39
BAB III KONSEP PERANCANGAN KARYA	43
A. Konsep Perancangan Buku Ilustrasi.....	43
1. Konsep Kreatif	43
2. Tujuan Kreatif	43
3. Strategi Kreatif.....	44
4. Gaya Visual.....	45
5. Gaya Bahasa.....	46
6. Penerapan Konsep Warna	46
7. Naskah Cerita.....	47

8. <i>Storyline</i>	47
9. Perancangan Buku Ilustrasi Cerita Interaktif	53
B. Konsep Perancangan Promosi Buku Ilustrasi Art Therapy	60
1. Tujuan Promosi	60
2. Strategi Promosi	61
3. Metode Promosi	62
4. Media Promosi	64
BAB IV	70
HASIL PERANCANGAN KARYA	70
A. Buku Ilustrasi Cerita Interaktif “ <i>The Adventure of Me</i> ”	70
1. <i>Typeface</i> Buku Ilustrasi Cerita Interaktif	70
2. Desain Ilustrasi Buku Cerita Interaktif	71
B. Media Promosi dan Merchandise Buku “ <i>The Adventure of Me</i> ”	80
1. <i>Instagram Feed</i>	80
2. <i>Instagram Story</i>	81
3. Stiker	82
4. Pembatas Buku	83
5. <i>Notebook</i>	83
6. <i>Totebag</i>	84
7. Memo	84
8. Spidol	85
9. Bolpoin	85
C. Hasil Testing	86
1. <i>Testing Alfa</i>	86
2. <i>Testing Beta</i>	87
BAB V	91
PENUTUP	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	101

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, I. H., & Rinjani, D. (2023). Pengaruh Seni Ilustrasi dalam Meningkatkan Minat Baca (Studi Desain Novel Karya Tere Liye). *Invensi*, 8(1), 1–13. <https://doi.org/10.24821/invensi.v8i1.7184>
- Alang, S. (2020). *Manajemen terapi islam dan prosedur pelayanannya*. 7, 77–86.
- Andreas, M., & Altrerosje, A. (2020). Fasilitas Terapi Seni Untuk Depresi Di Surabaya. *eDimensi Arsitektur Petra*, VIII(1), 497–504. Diambil dari <http://publication.petra.ac.id/index.php/teknik-arsitektur/article/view/10768>
- Anggara, D. B., & Muhdaliha, B. (2019). *PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI “BATIK WARISAN BUDAYA NUSANTARA” EDISI “BATIK SOLO, SURAKARTA” SEBAGAI MEDIA PENGENALAN BATIK UNTUK ANAK USIA 12-14 TAHUN*. (november), 6–18.
- Ardyan, M. Z., Rachman, A., & Kurniawan, R. A. (2023). Media Promosi Iklan Taman Nasional Komodo melalui Animasi 2D. *Jurnal Desain*, 10(2), 205. <https://doi.org/10.30998/jd.v10i2.13144>
- Arifuddin, M. R., & Irwansyah. (2019). Dari foto dan video ke toko: Perkembangan instagram dalam perspektif konstruksi sosial. *Jurnal Komunikasi dan Kajian Media*, Vol. 3, hal. 37–55. Diambil dari <https://jurnal.untidar.ac.id/index.php/komunikasi/article/view/1256/908>
- Armiyati, W. D. E., Mappapoleonro, A. M., & Iriansyah, H. S. (2020). Peningkatan Kemampuan Mengenal Warna dengan Metode Eksperimen. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara*, 1–8. Diambil dari <http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/semnara2019/article/view/234>
- Ashfiya, M. Z., & Rahmawaty, P. (2018). *Perbandingan Tingkat Engagement Antara Post Foto Dan Video Instagram*. (4), 182–194.

- Asnani, S. (2020). Efektivitas Terapi Seni Mewarnai Terhadap Depresi Pada Remaja Putri. *Journal of Psychological Perspective*, 2(2), 109–120. <https://doi.org/10.47679/jopp.022.12200010>
- Asniati, N., & Nursiah, D. (2013). A Systematic Review : Group Counselling for Older People with Depression. *International Seminar on Quality and Affordable Education*, (Isqae), 455–462.
- Association, A. A. T. (n.d.). American Art Therapy Association. Diambil 30 Juni 2023, dari <https://arttherapy.org/>
- Daffa, M. A., & Faisal, D. (2022). Buku Cerita Interaktif Dalam Membangun Rasa Saling Menghargai Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *DEKAVE : Jurnal Desain Komunikasi Visual*, 12(1), 90. <https://doi.org/10.24036/dekave.v12i1.117143>
- Dye, M. P. (2018). *Evaluating the benefits of art therapy interventions with grieving children*.
- Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). *Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak*. 5, 109–114. <https://doi.org/10.1007/08972011>
- Febrianti. (2022). Visualisasi Depression. Diambil 21 September 2023, dari [https://medium.com/@20611041/visualisasi-depression-cbe7caf83146#:~:text=Variabel gender merupakan variabel jenis kelamin %281 untuk,jumlah pria yang mengalami depresi sebanyak 20 orang.](https://medium.com/@20611041/visualisasi-depression-cbe7caf83146#:~:text=Variabel gender merupakan variabel jenis kelamin%281 untuk,jumlah pria yang mengalami depresi sebanyak 20 orang.)
- Fitriah, A., & Hariyono, D. S. (2019). Hubungan Self Esteem terhadap Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa. *Psycho Holistic*, 1(1), 8–17. Diambil dari <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic8>
- Harahap, W. R. (2021). Penerapan Strategi Promosi Perpustakaan. *JUPI (Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi)*, 6(1), 103. <https://doi.org/10.30829/jipi.v6i1.9314>
- Hidayat, F., & Nizar, M. (2021). Model Addie (Analysis, Design, Development,

- Implementation and Evaluation) Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Inovasi Pendidikan Agama Islam (JIPAI)*, 1(1), 28–38. <https://doi.org/10.15575/jipai.v1i1.11042>
- Hutauruk, A. C., & Pakpahan, A. F. (2021). *Perancangan Sistem Informasi Organisasi Kemahasiswaan Berbasis Web pada Universitas Advent Indonesia Menggunakan Metode Agile Development (Studi Kasus: Universitas Advent Indonesia)*. 7(2), 315–328.
- Kusuma, P. D., Marchira, C. R., & Prawitasari, S. (2018). Patient health questionnaire-9 (PHQ-9) efektif Untuk mendeteksi risiko depresi postpartum. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(3), 428–433. Diambil dari <http://nursingjournal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>
- Lubis, N. A. (2022). Meningkatkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar melalui Karya Seni Rupa Menggambar Imajinatif. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 3(2), 15–25. <https://doi.org/10.33487/mgr.v3i2.4114>
- Mahfud, M. H. (2020). Metode Penentuan Faktor-faktor Keberhasilan Penting dalam Analisis SWOT. *AGRISAINTEFIKA: Jurnal Ilmu-Ilmu Pertanian*, 3(2), 113. <https://doi.org/10.32585/ags.v3i2.546>
- Manggaga, I. P. (2022). *Analisis AISAS Selebriti Korea dalam Iklan Produk Indonesia*. 4(2), 38–46.
- Marni, M., & Ambarwati, R. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal KEPERAWATAN GSH*, 7(1), 24–29. Diambil dari <http://journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/65>
- Megawati, S., Lasmawan, I. ., & Gading, I. . (2022). Pengembangan Buku Cerita Bergambar Untuk Menanamkan Nilai Karakter Disiplin Bagi Siswa Kelas I Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 6(1), 94–104.
- Melrose, S. (2017). *Persistent Depressive Disorder or Dysthymia : An Overview of Assessment and Treatment Approaches*. 1–13.

<https://doi.org/10.4236/ojd.2017.61001>

- Miharja, M. N. D., & Adhkar, S. (2022). Implementasi Chatbot Deteksi Depresi Dini Pada Mahasiswa dengan PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) menggunakan NLP (Natural Language Processing). *Prosiding SAINTEK: Sains dan teknologi*, 1(1), 103–108.
- Monica, & Luzar, L. C. (2011). HASIL DAN PEMBAHASAN Terminologi Warna. *EFEK WARNA DALAM DUNIA DESAIN DAN PERIKLANAN*, 2(9), 1084–1096.
- Muallimah, H. (2022). *Kajian penerapan strategi komunikasi aisas terhadap perancangan desain komunikasi visual*. 04(01), 1–10.
- Mulyawan, M., & Agustina, M. (2019). Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk pada Pasien Harga Diri Rendah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(01), 380–387. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.325>
- Natania, K. E., Prasida, T. A. S., & Bezaleel, M. (2023). *Filter Instagram sebagai Media Promosi Soft Selling Bagi Dusun Semilir*. 23(2), 89–98. <https://doi.org/10.9744/nirmana.23.2.89-98>
- Noviadji, B. R., & Hendrawan, A. (2021). Perancangan Buku Ilustrasi sebagai Media Pengenalan Bidang Keilmuan Desain. *Jurnal Desain*, 8(2), 103. <https://doi.org/10.30998/jd.v8i2.7930>
- Palit, R. A., & Sulaiman, N. (2022). *REPRESENTASI BUDAYA POPULAR DALAM ILUSTRASI KARTUN YESUS KRISTUS DI SITUS PENYEDIA GAMBAR ONLINE REPRESENTATION OF POPULAR CULTURE IN CARTOON ILLUSTRATION OF JESUS CHRIST ON ONLINE IMAGE PROVIDERS SITE*. 6(2), 178–203.
- Prawiro, S. A., & Irawan, A. H. (2012). Perancangan Media Pembelajaran Interaktif Ilmu Pengetahuan Alam Untuk Siswa Kelas 4 SD Dengan Metode Learning the Actual Object. *Jurnal Sains dan Seni ITS*, 1(1), F28–F33.

Diambil dari
http://ejurnal.its.ac.id/index.php/sains_seni/article/view/533%0Ahttps://ejurnal.its.ac.id

Prilosadoso, B. H., Waluyo, & Roman Aqviryoso. (2021). Kolaborasi Ilustrasi Dan Tembang Dolanan Dalam Penciptaan Media Edukasi Covid-19 Di Surakarta. *Prosiding: Seni, Teknologi, Dan Masyarakat*, 3, 90–104. <https://doi.org/10.33153/semhas.v3i0.140>

Priyata, A., Waluyanto, H. D., & Zacky, A. (2020). *Perancangan Buku Ilustrasi Anxiety Disorder sebagai Media Edukasi Bagi Usia 19-24 Tahun*. 20(2), 52–61. <https://doi.org/10.9744/nirmana.20.2.52-61>

Puspita, S. M. (2019). SELING Jurnal Program Studi PGRA KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI SEBAGAI DASAR KESEHATAN MENTAL ANAK USIA DINI. *Jurnal Program Studi*, 5, 82–92.

Puspitarini, D. S., & Nuraeni, R. (2019). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Promosi. *Jurnal Common*, 3(1), 71–80. <https://doi.org/10.34010/common.v3i1.1950>

Putri, V. M. (2021). *Kewajiban Masyarakat Menerima Edukasi Kesehatan Mental*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31219/osf.io/2rhau>

Rachmawati, A. A. (2020). Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja. Diambil dari Perpustakaan Geografi UGM website: <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>

Riyanto, A., & Arini, D. P. (2021). Analisis Deskriptif Quarter-Life Crisis Pada Lulusan Perguruan Tinggi Universitas Katolik Musi Charitas. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 12–19. <https://doi.org/10.33024/jpm.v3i1.3316>

Rizki Aji, M., & Cahyo Kusumandyoko, T. (2021). Penerapan Ilustrasi Kartun Pada Perancangan Komunikasi Visual Album Friends Band Ratshit. *Jurnal Barik*, 2(1), 177–187. Diambil dari

<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JDKV/>

- Rudianto, Z. N. (2022). Pengaruh Literasi Kesehatan Terhadap Kesadaran Kesehatan Mental Generasi Z Di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan, 11*(1), 57. <https://doi.org/10.31290/jpk.v11i1.2843>
- Saputra, A., Kartasmita, S., & Subroto, U. (2018). Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Gejala Depresi Pada Narapidana. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni, 2*(1), 181. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1599>
- Saputra, K. C., Adib, A., & Wijayanti, A. (2015). *Perancangan Kampanye Hand-Drumming sebagai Aktifitas Terapi Seni di Surabaya.*
- Sari, D. R. (2019). Pengenalan Warna dan Gradasi pada Anak Usia Dini untuk Mengembangkan Kemampuan Mewarnai. *Conference.Uin-Suka.Ac.Id, 4*, 510. Diambil dari <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/conference/index.php/aciece/aciece2>
- Sentika, H. R., & Karneli, Y. (2021). Penggunaan Art Teraphy Dalam Mengatasi Depresi Siswa Pasca Lanjut Perguruan Tinggi. *KONSELING: Jurnal Ilmiah ...*, 2(3), 61–64. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i3.952>
- Sholihah, I. N. (2017). *Kajian Teoritis Penggunaan Art Therapy dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di SMK.* 173–182.
- Sienny, Aryanto, H., & Christianna, A. (2018). Perancangan Buku Interaktif Untuk Remaja Introvert. *Jurnal DKV Adiwarna, 1*(12), 1–8.
- Siregar, S. M., Utomo, B., & Marlina, L. (2020). Perancangan Buku Interaktif untuk Memperkenalkan Ragam Profesi Sebagai Sarana Pengembangan Minat Pelajar Usia Dini. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 3*, 828–834. <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v3i0.881>
- Suci, A. W., & Anggapuspa, M. L. (2021). *Perancangan Buku Interaktif Self-*

Compassion. 2(2), 96–107.

- Sulham, Tangsi, & Arifin, I. (2019). *Analisis Karya Ilustrasi Vektor Sulfadli*.
- Sulistyorini, W., & Sabarisman, M. (2017). Depresi : Suatu Tinjauan Psikologis. *Sosio Informa*, 3(2), 153–164. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>
- Tama, A. K. W., Novena, M. D., & Lestari, S. (2017). Perancangan Merchandise Guna Menunjang Efektivitas Promosi. *SENSI Journal*, 3(1), 92–104. <https://doi.org/10.33050/sensi.v3i1.763>
- Thejahanjaya, D., & Yulianto, Y. H. (2022). Penerapan Psikologi Warna Dalam Color Grading Untuk Menyampaikan Tujuan Dibalik Foto. *Jurnal Adiwarna, Vol 1*, Hal 1-9.
- Tjiptodihardjo, E., Hartanto, D. D., & Santoso, M. A. (2018). *Perancangan Buku Antologi Puisi Para Penderita Skizofrenia di Surabaya Abstrak Pendahuluan Metode Perancangan*.
- Triana Dewi, G. A. N., & Meiyutariningsih, T. (2021). Efektivitas Art Therapy Sebagai Katarsis untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Akademik pada Remaja. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), 5006. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4263>
- Virginia, & Wijaya, L. S. (2020). Analisis Aisas Model Terhadap Bts Effect Sebagai Brand Ambassador Dan Influencer. *Journal Komunikasi*, 11(2), 93–100. Diambil dari <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jkom/index93>
- Wibowo, D. H., Arifin, Z., & Sunarti. (2015). ANALISIS STRATEGI PEMASARAN UNTUK MENINGKATKAN DAYA SAING UMKM (Studi pada Batik Diajeng Solo). *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*, 29(1), 59–66.
- Wibowo, Y. R. P., Waluyanto, H. D., & Asthararianty. (2019). Strategi Perancangan Media Promosi Karya Terapi Seni Bagi Remaja yang Memiliki Gejala Depresi dalam Dunia Fashion. *Prosding Seminat Nasional Desain dan Arsitektur (SENADA)*, 4, 360. Diambil dari <http://senada.idbbali.ac.id>

- Wifalin, M. (2016). Efektivitas Instagram Common Grounds. *Jurnal e-Komunikasi*, 4(2), 1–9.
- World Health Organization. (2017). *Depression and Other Common Mental Disorders*.
- Yuliana, A., & Rosmiati, A. (2021). Elemen Visual Desain Sampul Piringan Hitam Album Keroncong Produksi Lokananta Tahun 1959-1971. *CITRAWIRA : Journal of Advertising and Visual Communication*, 2(2), 139–158. <https://doi.org/10.33153/citrawira.v2i2.4014>
- Zharandont, & Patrycia. (2015). Pengaruh Warna Bagi Suatu Produk Dan Psikologis Manusia. *Humaniora Binus*, 2(Terminologi warna), 1086. Diambil dari <https://journal.binus.ac.id/index.php/Humaniora/article/view/3158>

