

**PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN  
*BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI  
MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK USIA 4-8  
TAHUN**



**PENCIPTAAN/PERANCANGAN**

**Nada Khairunnisa**

**NIM 1912612024**

**PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL**

**JURUSAN DESAIN**

**FAKULTAS SENI RUPA**

**INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

**2024**

**PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN  
*BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI  
MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK USIA 4-8  
TAHUN**



**PENCIPTAAN/PERANCANGAN**

**Nada Khairunnisa**

**NIM 1912612024**

Tugas Akhir ini Diajukan Kepada Fakultas Seni Rupa

Institut Seni Indonesia Yogyakarta Sebagai

Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar S-1 dalam Bidang

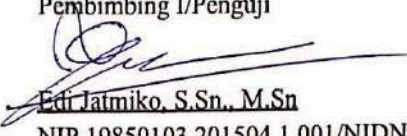
Desain Komunikasi Visual

2024

Tugas Akhir Penciptaan/Perancangan berjudul:

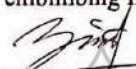
**PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN *BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK USIA 4-8 TAHUN** diajukan oleh Nada Khairunnisa, NIM 1912612024, Program Studi S-1 Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia Yogyakarta (90241), telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 11 Januari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Pembimbing I/Penguji

  
Edi Jatmiko, S.Sn., M.Sn.

NIP 19850103 201504 1 001/NIDN 0030198507

Pembimbing II/Penguji

  
Fransisca Sherly Taju, S.Sn., M.Sn.

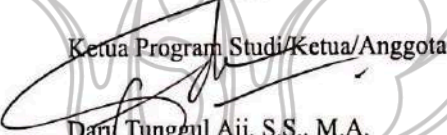
NIP 19900215 201903 2 018/NIDN 0015029006

Cognate/Anggota

  
Indria Maharsi, S.Sn., M.Sn.

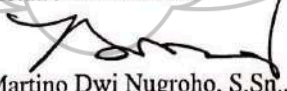
NIP. 19720909 200812 1 001/NIDN 0009097204

Ketua Program Studi/Ketua/Anggota

  
Daru Tunggul Aji, S.S., M.A.

NIP 19870103 201504 1 002/NIDN 0003018706

Ketua Jurusan/Ketua

  
Martino Dwi Nugroho, S.Sn., M.A.

NIP 19770315 200212 1 005/NIDN 0015037702

Mengetahui,

Dekan Fakultas Seni Rupa  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta

  
Muhammad Sholahuddin, S.Sn., M.T.

NIP 19701019 199903 1 001/NIDN 001910700



## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nada Khairunnisa  
NIM : 1912612024  
Fakultas : Seni Rupa  
Jurusan : Desain  
Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh materi dalam perancangan saya yang berjudul **PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN *BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK USIA 4-8 TAHUN** yang dibuat untuk melengkapi persyaratan menjadi Sarjana Desain dalam Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Karya ini sepenuhnya hasil pemikiran saya dan belum pernah diajukan oleh pihak lain. Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh tanggung jawab dan kesadaran tanpa paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 11 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



Nada Khairunnisa

NIM 1912612024

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nada Khairunnisa  
NIM : 1912612024  
Fakultas : Seni Rupa  
Jurusan : Desain  
Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Demi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang Desain Komunikasi Visual, dengan ini saya memberikan karya perancangan saya yang berjudul **PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN *BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK USIA 4-8 TAHUN** kepada ISI Yogyakarta untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk lain, mengelolanya dalam pangkalan data, mendistribusikannya secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk keperluan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya sebagai penulis. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 11 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



Nada Khairunnisa

NIM 1912612024

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena karunianya penulis dapat menyelesaikan laporan Tugas Akhir Perancangan Buku Interaktif Pengenalan *Body Focused Repetitive Behavior* sebagai Media Edukasi Terhadap Anak Usia 4-8 Tahun dengan lancar. Penulis berterima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu berkontribusi dalam penulisan Tugas Akhir Perancangan ini.

Laporan ini akan membahas tentang kebiasaan-kebiasaan seperti menggigit kuku, menggaruk kulit, mencabut rambut dan perilaku berulang yang berfokus pada tubuh atau yang biasa disebut dengan *Body Focused Repetitive Behaviors* (BFRBs). Kebiasaan ini juga dapat mempengaruhi anak-anak terutama anak pada usia 4-8 tahun dimana mereka mengenal dan mulai membentuk sebuah kebiasaan yang dapat terbawa hingga dewasa. Topik ini ditujukan agar dapat memberikan edukasi kepada anak-anak untuk menambah pengetahuan, serta menimbulkan kepekaan dari orang tua terhadap kebiasaan-kebiasaan anaknya.

Semoga dengan perancangan ini diharapkan dapat memberikan inspirasi dan pengetahuan bagi yang membaca. Kritik dan saran dengan senang hati diterima, untuk perbaikan di masa berikutnya. Meskipun masih terdapat banyak kekurangan, diharapkan perancangan ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Yogyakarta, 11 Januari 2024

Penulis



Nada Khairunnisa

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta rizki-Nya berupa kesehatan, kemudahan, dan kelancaran sehingga dapat terwujudnya tugas akhir perancangan ini. Tidak lupa pula bahwa selesainya Tugas Akhir ini tidak lepas dari doa dan bantuan dari orang sekitar penulis yang senantiasa selalu membantu dengan sepenuh hati. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Neti Muzni dan Bapak Fris Jhon Ferni, selaku orang tua yang selalu mendukung dan mendoakan saya
2. Fikri Fathul Ulya dan Nadine Ratu Farah, selaku kakak dan adik yang selalu menyemangati saya
3. Bapak Dr. Irwandi, S.Sn., M.Sn selaku Rektor Institut Seni Indonesia Yogyakarta
4. Bapak Muhammad Sholahuddin, S.T., M.T selaku Dekan Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia Yogyakarta
5. Bapak Martino Dwi Nugroho, S.Sn., MT. selaku Ketua Jurusan Desain Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia Yogyakarta
6. Bapak Daru Tunggal Aji, S.S., MA. selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia Yogyakarta
7. Bapak Edi Jatmiko, S.Sn., M.Sn. selaku Dosen Pembimbing I yang telah membantu banyak dalam membimbing dan memberi masukan pada proses perancangan dalam Tugas Akhir ini
8. Ibu Fransisca Sherly Taju, S.Sn., M.Sn., selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia membimbing dan memberikan dukungan serta masukan selama pengerjaan Tugas Akhir.
9. Seluruh dosen Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, atas ilmu pengetahuan, pengalaman, dan bimbingan yang diberikan selama perkuliahan hingga selesainya Tugas Akhir ini.
10. Kepada teman-teman RANDATAPAK 19 yang mewarnai masa perkuliahan saya
11. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu



## ABSTRAK

### PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF PENGENALAN *BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR* SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP ANAK

USIA 4-8 TAHUN

Oleh: Nada Khairunnisa

NIM: 1912612024

Kebiasaan-kebiasaan seperti menggigit kuku, menggaruk kulit, mencabut rambut, menggigit pipi seringkali dianggap sebagai kebiasaan yang lumrah bagi sebagian orang. Pada kenyataannya, kebiasaan ini merupakan salah satu respon dari adanya gangguan perilaku berulang yang berfokus pada tubuh atau *Body Focused Repetitive Behaviors* (BFRBs). Menurut *Psychology Today*, perilaku ini diperkirakan dimiliki oleh tiga persen dari populasi dan memengaruhi anak-anak serta orang dewasa. Jika kebiasaan ini terus berlanjut, maka dapat mengakibatkan beberapa permasalahan pada tubuh seperti luka, infeksi, botak di kepala, dan cedera fisik lainnya. Oleh karena itu, diperlukan sarana edukasi tentang BFRBs melalui buku interaktif untuk menambah pengetahuan serta memberikan kepekaan kepada orang tua terhadap kebiasaan-kebiasaan anaknya. Tujuan kreatif perancangan ini adalah mengenalkan kebiasaan BFRBs pada anak usia 4-8 tahun melalui media buku interaktif yang dapat memberikan pengalaman membaca yang lebih menyenangkan. Gerakan kertas seperti *pull the tab* dan *lift the flap* pada tiap buku bertujuan untuk membangun rasa penasaran serta simulasi mengenai kebiasaan serta dampak BFRBs. Buku ilustrasi interaktif dibuat berdasarkan hasil analisis data dengan metode 5W+1H yang diperoleh melalui studi literatur, wawancara, serta kuesioner untuk menjawab rumusan masalah. Hasil perancangan berupa empat serial buku interaktif dengan narasi yang mudah dipahami oleh anak-anak. Warna dan ilustrasi dari perancangan menggunakan warna vibrant namun masih nyaman di mata. Tipografi yang digunakan juga berupa huruf sans serif yang terkesan tidak terlalu tegas dengan mempertimbangkan kenyamanan mata pembaca

Kata Kunci: Body Focused Repetitive Behavior, Buku Interaktif, Edukasi



## ABSTRACT

### *DESIGNING AN INTERACTIVE BOOK INTRODUCING BODY FOCUSED REPETITIVE BEHAVIOR AS AN EDUCATIONAL MEDIA FOR 4-8 YEARS OLD CHILDREN*

*By: Nada Khairunnisa*

Student ID: 1912612024

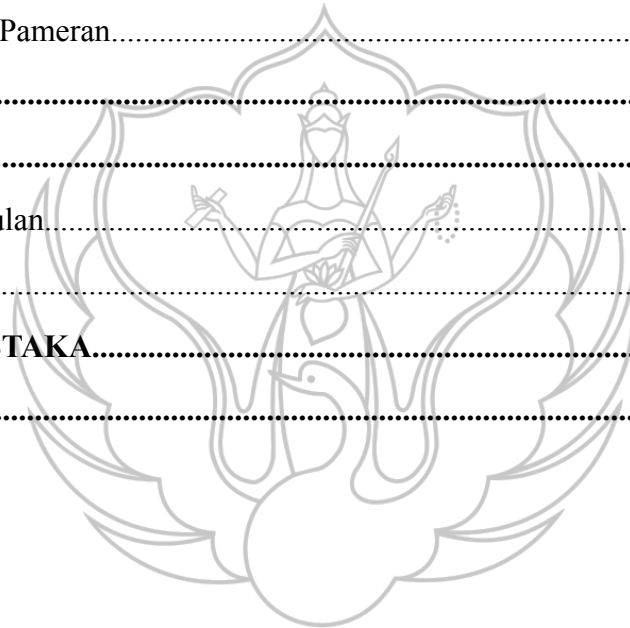
*Habits such as biting nails, scratching the skin, pulling hair, and biting cheeks are often considered normal habits for some people. In reality, this habit is a response to repetitive behavioral disorders that focus on the body or Body Focused Repetitive Behaviors (BFRBs). According to Psychology Today, this behavior is estimated to be shared by three percent of the population and affects children as well as adults. If this habit continues, it can cause several problems in the body such as wounds, infections, bald patches on the head, and other physical injuries. Therefore, educational facilities about BFRB are needed through interactive books to increase knowledge and provide sensitivity to parents regarding their children's habits. This creative designer aims to introduce BFRBs habits to children aged 4-8 years through interactive book media which can provide a more enjoyable reading experience. Paper movements such as pulling the tab and lifting the flap in each book aim to build curiosity and simulate the habits and impacts of BFRBs. The interactive illustration book was created based on the results of data analysis using the 5W+1H method obtained through literature studies, interviews, and questionnaires to answer the problem formulation. The design results are a series of four interactive books with narratives that are easy for children to understand. The colors and illustrations of the design use bright colors but are still comfortable for the eyes. The typography used is also a sans serif font which doesn't seem too bold, taking into account the comfort of the reader's eyes*

*Keywords: Body Focused Repetitive Behavior, Interactive Book, Education*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN:</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Lingkup perancangan.....	3
D. Tujuan Perancangan.....	4
E. Manfaat Perancangan.....	4
F. Metode Perancangan.....	5
F. Definisi Operasional.....	10
<b>BAB II</b> .....	<b>11</b>
<b>TINJAUAN TEORI</b> .....	<b>11</b>
A. Studi Karya Relevan.....	11
B. Landasan Teori.....	13
C. Kajian Pustaka.....	17
D. Analisis Data Lapangan.....	20
E. Kerangka berpikir.....	22

<b>BAB III.....</b>	<b>23</b>
<b>KONSEP DESAIN.....</b>	<b>23</b>
A. Konsep Media.....	23
B. Konsep Kreatif.....	26
C. Program Media.....	27
<b>BAB IV.....</b>	<b>44</b>
<b>VISUALISASI DESAIN.....</b>	<b>44</b>
A. Penjaringan Ide.....	44
B. Graphic Standard Manual.....	85
C. Poster Pameran.....	85
D. Katalog Pameran.....	86
<b>BAB V.....</b>	<b>89</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>89</b>
A. Kesimpulan.....	89
B. Saran.....	90
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>96</b>

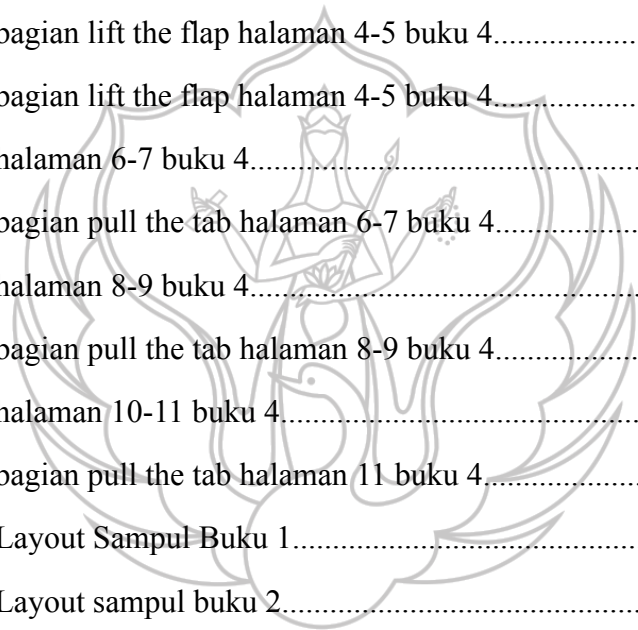


## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1: Referensi Buku Anak.....	30
Gambar 3. 2: Referensi Layout.....	40
Gambar 3. 3: Referensi Layout.....	40
Gambar 4. 1: Referensi Karakter Anak Perempuan.....	44
Gambar 4. 2: Referensi Karakter Anak Perempuan.....	45
Gambar 4. 3 : Referensi Karakter Anak Laki-laki.....	45
Gambar 4. 4: Referensi Karakter Anak Laki-laki.....	46
Gambar. 4. 5: Referensi Karakter Ibu.....	46
Gambar 4. 6: Referensi Karakter Ibu.....	47
Gambar 4. 7: Referensi Karakter Peliharaan.....	48
Gambar 4. 8: Referensi Peri Dinosaurus.....	48
Gambar 4. 9 : Sketsa Karakter Caca.....	49
Gambar. 4. 10: Karakter Final Caca.....	49
Gambar 4. 11: Sketsa Tami.....	50
Gambar 4.12: Karakter Final Tami.....	50
Gambar 4. 13: Sketsa Tokoh Seno.....	51
Gambar 4. 14: Karakter Anak Laki-laki 1.....	51
Gambar 4. 15: Sketsa Karakter Bima.....	52
Gambar 4.16: Karakter Bima.....	52
Gambar 4. 17: Sketsa Karakter Bimbim.....	53
Gambar 4. 18: Final Karakter Bimbim.....	53
Gambar 4. 19: Sketsa Karakter Ibu.....	54
Gambar 4. 20: Sketsa Karakter Ibu.....	54
Gambar 4. 21: Sketsa Karakter Dinosaurus.....	55
Gambar 4. 22: Karakter Dinosaurus.....	55
Gambar 4. 23: Sketsa Prototype.....	56

Gambar 4. 24: Pola Gerak Buku 1 dan 2.....	56
Gambar 4. 25: Pola Gerak Buku 3 dan 4.....	57
Gambar 4. 26: Halaman 1 Buku 1.....	57
Gambar 4. 27: Halaman 2-3 buku 1.....	58
Gambar 4. 28: Bagian pull the tab halaman 3 buku 1.....	58
Gambar 4. 29: Halaman 4-5 buku 1.....	59
Gambar 4. 30: Bagian lift the flap dan pull the tab halaman 4-5 buku 1.....	59
Gambar 4. 31: Halaman 6-7 buku 1.....	60
Gambar 4. 32: Bagian lift the flap dan pull the tab halaman 6-7 buku 1.....	60
Gambar 4. 33: Halaman 8-9 buku 1.....	61
Gambar 4. 34: Bagian pull the tab halaman 8-9 buku 1.....	61
Gambar 4. 35: Halaman 10-11 buku 1.....	62
Gambar 4. 36: Bagian lift the flap halaman 10-11.....	62
Gambar 4. 37: Halaman 1 buku 2.....	63
Gambar 4. 38: Halaman 2-3 buku 2.....	63
Gambar 4. 49: Bagian pull the tab halaman 3 buku 2.....	64
Gambar 4. 40: Halaman 4-5 buku 2.....	64
Gambar 4. 41: Bagian Pull the tab halaman 5 buku 2.....	65
Gambar 4. 42: Halaman 6-7 buku 2.....	65
Gambar 4. 43: Bagian pull the tab halaman 3 dan 7 buku 2.....	66
Gambar 4. 44: Bagian pull the tab halaman 7 buku 2.....	66
Gambar 4. 45: Halaman 8-9 buku 2.....	67
Gambar 4. 46: Bagian pull the tab halaman 8 dan 11 buku 2.....	67
Gambar 4. 47: halaman 10-11 buku 2.....	68
Gambar 4. 48: halaman 1 buku 3.....	68
Gambar 4. 49: halaman 2-3 buku 3.....	69
Gambar 4. 50: bagian pull the tab halaman 2-3 buku 3.....	69
Gambar 4. 51: halaman 4-5 buku 3.....	70

Gambar 4. 52: bagian pull the tab halaman 4-5 buku 3.....	70
Gambar 4. 53: halaman 6-7 buku 3.....	71
Gambar 4. 54: bagian lift the flap halaman 6-7 buku 3.....	71
Gambar 4. 55: halaman 8-9 buku 3.....	72
Gambar 4. 56: bagian lift the flap halaman 8-9 buku 3.....	72
Gambar 4. 57: halaman 10-11 buku 3.....	73
Gambar 4. 58: bagian lift the flap halaman 10-11 buku 3.....	73
Gambar 4. 59: halaman 1 buku 4.....	74
Gambar 4. 60: bagian halaman 2-3 buku 3.....	74
Gambar 4. 61: bagian lift the flap halaman 6-7 buku 3.....	75
Gambar 4. 62: bagian lift the flap halaman 4-5 buku 4.....	75
Gambar 4. 63: bagian lift the flap halaman 4-5 buku 4.....	76
Gambar 4. 64: halaman 6-7 buku 4.....	76
Gambar 4. 65: bagian pull the tab halaman 6-7 buku 4.....	77
Gambar 4. 66: halaman 8-9 buku 4.....	77
Gambar 4. 67: bagian pull the tab halaman 8-9 buku 4.....	78
Gambar 4. 68: halaman 10-11 buku 4.....	78
Gambar 4. 69: bagian pull the tab halaman 11 buku 4.....	79
Gambar 4. 70: Layout Sampul Buku 1.....	79
Gambar 4. 71: Layout sampul buku 2.....	80
Gambar 4. 72: layout sampul buku 3.....	80
Gambar 4. 73: layout sampul buku 4.....	81
Gambar 4. 74: Lembar Panduan Orang Tua.....	81
Gambar 4. 74: Media pendukung sosial media.....	82
Gambar 4. 75: Media pendukung banner.....	82
Gambar 4. 76: Media pendukung stiker.....	83
Gambar 4. 77: Media pendukung keychain.....	83
Gambar 4. 78: Media pendukung kaos.....	84



Gambar 4. 79: Media pendukung notebook.....	84
Gambar 4. 80 : Graphic Standard Manual.....	85
Gambar 4. 81: Poster Pameran.....	85
Gambar 4. 82: Katalog Pameran.....	86
Gambar 4. 83: Katalog Pameran.....	86





## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1: Studi Karya Relevan.....	13
Tabel 3. 1: Tahap Penulisan Naskah.....	38



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Body Focused Repetitive Behaviors* merupakan perilaku menggigit, menarik, mencabut, atau mengikis rambut, kulit, bibir, pipi atau kuku sendiri yang dapat menyebabkan kerusakan fisik pada tubuh. Menurut TLC Foundation, *Body Focused Repetitive Behaviors* dikategorikan ke dalam gangguan obsesif kompulsi dalam versi kelima Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental atau biasa disebut DSM-5. (<https://www.bfrb.org/faqs/are-bfrbs-ocd>, The TLC Foundation, diunduh 07 Maret 2023)

Penyebab kebiasaan BFRB belum dipastikan oleh para ahli namun faktor risiko permasalahan ini adalah faktor keturunan dan faktor psikologis. Pada faktor keturunan, individu dengan lingkungan keluarga yang memiliki kebiasaan BFRB ini lebih cenderung memiliki kebiasaan yang sama pula. Sedangkan, dalam disiplin ilmu psikologi perilaku berulang dan sulit dihentikan seringkali ditandai sebagai respon dari adanya kecemasan. Sederhananya, ketika seorang individu merasakan cemas, perilaku untuk mencari *sense of control* direspon dengan melakukan BFRB, sayangnya perilaku BFRB ini memberikan dampak yang sifatnya melukai.

Kebiasaan-kebiasaan BFRB sering terjadi pada anak-anak dan orang dewasa. Menurut salah satu studi di Turki pada tahun 2022 tentang BFRB terhadap anak-anak dan remaja, dinyatakan bahwa dari total 185 pasien, pasien terbanyak berasal dari anak dibawah usia 9 tahun dengan total 91 pasien dengan penyebab gangguan mental selama penelitian. (Zehra Topal Hangul, et.all 2022). Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan psikolog klinis anak, pada anak-anak, kebiasaan seperti menghisap bibir, menghisap mulut, menghisap jari, wajar terjadi pada masa kanak-kanak dan dapat terhenti dengan sendirinya pada saat usia kurang dari enam tahun. Apabila kebiasaan buruk tersebut masih berlanjut setelah usia enam tahun, maka perilaku tersebut dapat berubah menjadi kebiasaan buruk yang terbawa hingga dewasa dan akan memberikan dampak bagi kesehatan individu yang memiliki kebiasaan tersebut.

Sayangnya, kebiasaan BFRB seringkali dianggap sebagai kebiasaan yang lumrah bagi sebagian orang. Kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap permasalahan BFRB ini menyebabkan pengidap berpikir bahwa gejala yang muncul hanya bagian dari suatu kebiasaan buruk saja. Berdasarkan salah satu studi di Kelapa gading terhadap anak TK AI Hidayah II dan orang tua tentang penyuluhan dampak kebiasaan buruk terhadap susunan gigi dan kebersihan gigi menyatakan bahwa terdapat sebanyak 18,9% anak sering menggigit kuku, 2,7% anak sering menggigit bibir dan 21,26% orang tua memiliki pengetahuan yang kurang terhadap kesehatan gigi dan kebiasaan yang mempengaruhinya. Berdasarkan hasil kuesioner yang dilakukan penulis kepada 40 orang tua di Indonesia, terdapat 72,5% orang tua tidak mengetahui istilah BFRB namun 90% mengetahui tentang kebiasaan menggigit kuku, mencabut rambut mengelupasi kulit bibir, dan menggigit bibir.

Pada kenyataannya, kebiasaan BFRB dapat memberikan berbagai macam dampak bagi kesehatan tubuh. Komplikasi yang dapat diakibatkan oleh BFRB seperti *pruritus*, kerusakan jaringan kulit, infeksi, cedera gerakan berulang otot atau persendian. Komplikasi lainnya seperti keropeng, luka terbuka, cacat, kerusakan kutikula kuku serta infeksi yang disebabkan oleh bakteri dan virus, kebotakan, cedera pada jaringan lunak yang melapisi mulut, masalah gigi, disfungsi temporomandibular dan osteomielitis. Menurut TLC Foundation, tak hanya melukai psikis, seseorang dengan kebiasaan BFRB cenderung menutupi, menyembunyikan, karena adanya rasa tidak percaya diri hingga pada akhirnya membuat seseorang merasa kesulitan karena waktu yang ia habiskan untuk menyembunyikan bekas luka tersebut.

Mengajarkan anak untuk menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh tentu perlu menjadi perhatian. Edukasi memegang peran penting dalam upaya mencegah terjadinya kebiasaan-kebiasaan buruk seperti BFRB yang terjadi pada anak-anak. Sayangnya, pengetahuan mengenai kebiasaan BFRB ini belum banyak diketahui oleh masyarakat termasuk orang tua sebagai agen sosialisasi pertama anak. Berdasarkan fenomena permasalahan di atas, perancangan mengenai BFRB diharapkan dapat menjembatani edukasi kepada anak-anak mengenai BFRB dan dampaknya pada kesehatan tubuh. Melalui perancangan, diharapkan juga dapat

memberikan pengetahuan kepada orang tua tentang BFRB serta dampaknya bagi anak-anak sehingga memunculkan kepekaan bagi orang tua terhadap kebiasaan-kebiasaan serta kesehatan tubuh anaknya.

Agar dapat mempermudah penyampaian edukasi tentang BFRB kepada anak-anak, maka dibutuhkan suatu media sebagai solusi mengatasi permasalahan tersebut. Melihat permasalahan yang terjadi, media buku interaktif dianggap menjadi salah satu media yang cocok untuk mengedukasi anak usia dini. Anak-anak memiliki kecenderungan tertarik untuk mempelajari hal yang dapat mereka sentuh secara fisik. Melalui buku interaktif penuh ilustrasi dan *paper engineering*, tak hanya sekedar membaca, anak dapat berpartisipasi dengan cara belajar yang menyenangkan serta melatih kreativitas dan saraf motorik anak. Selain itu, media buku interaktif dapat membangun sosialisasi antara anak dan orang tua sehingga diharapkan dapat memunculkan kepekaan juga bagi orang tua terhadap kebiasaan anaknya.

#### B. Rumusan Masalah

Bagaimana merancang buku interaktif mengenai Body Focused Repetitive Behaviors sebagai media edukasi terhadap anak usia 4-8 tahun?

#### C. Lingkup perancangan

Batasan perancangan bertujuan agar pembahasan perancangan tidak terlalu luas. Tema yang diangkat dalam perancangan buku interaktif ini secara khusus akan membahas tentang pengenalan bentuk kebiasaan Body Focused Repetitive Behaviors.

##### 1. Batasan sudut pandang

Perancangan akan disusun dengan menggunakan dimensi psikologi dan fisiologi. Melalui sudut pandang tersebut, dapat ditinjau apa saja bentuk kebiasaan Body Focused Repetitive Behaviors dan dampaknya terhadap kesehatan individu yang mengalaminya.

## 2. Batasan target audience

Sasaran target audience dalam perancangan buku ini yaitu orang tua sebagai target audience primer dan anak usia 4-8 tahun sebagai target sekunder.

## 3. Batasan Konten

Kebiasaan BFRBs yang akan dijelaskan merupakan bagian dari kebiasaan Body Focused yaitu pada kulit, kuku, rambut, dan mulut.

## 4. Batasan Media

### a. Format media

Buku interaktif akan diproduksi dalam format buku cetak dengan menggunakan beberapa bentuk interaktif yaitu *lift the flap*, dan *pull tab*.

### b. Media pendukung

Media pendukung yang dibutuhkan untuk perancangan ini adalah konten sosial media, banner, stiker, dan brosur.

## 5. Batasan distribusi media

Media akan dirancang dalam bentuk buku interaktif cetak dan akan dipublikasikan melalui sosial media facebook serta pada *event* yang menyelenggarakan topik *personal hygiene* anak.

## D. Tujuan Perancangan

Perancangan buku interaktif dilakukan dengan tujuan menjembatani edukasi kepada anak usia 4-8 tahun tentang kebiasaan Body Focused Repetitive Behaviors agar menambah pengetahuan tentang bentuk dan akibat dari kebiasaan tersebut serta menumbuhkan kepekaan orang tua terhadap kebiasaan-kebiasaan anak.

## E. Manfaat Perancangan

### 1. Bagi Perancang

Menambah wawasan serta memberi pengalaman bagaimana merancang buku interaktif sebagai media edukasi

## 2. Bagi Pemerintah

Membantu pemerintah di bidang kesehatan khususnya kesehatan anak-anak.

## 3. Bagi Target Audience

Menambah pengetahuan anak tentang kebiasaan Body Focused Repetitive Behaviors serta memberikan kepekaan terhadap orang tua tentang kebiasaan - kebiasaan anaknya.

## 4. Bagi Masyarakat Umum

Memberikan awareness tentang Body Focused Repetitive Behaviors untuk menambah pengetahuan tentang kebiasaan-kebiasaan buruk yang dapat memberikan dampak bagi kesehatan tubuh.

## 5. Bagi Akademisi

Menjadi sumber informasi dan bahan referensi bagi perancangan media edukatif terkait topik sejenis

## F. Metode Perancangan

### 1. Riset dan Identifikasi permasalahan

#### a. Problema Riset

Kebiasaan BFRBs seperti menggigit kuku, mencabut rambut, mencabut kulit bibir merupakan kebiasaan yang terjadi kepada anak-anak. Pada kenyataannya, kebiasaan buruk tersebut dapat merugikan kesehatan. Jika kebiasaan BFRBs terus berlanjut, beberapa permasalahan kesehatan seperti luka, infeksi, bakteri dan bahkan cacat dapat terjadi. Oleh karena itu, perancangan ini akan memfokuskan terhadap edukasi dan memberikan pengetahuan kepada anak-anak mengenai bentuk serta dampak dari kebiasaan BFRBs bagi kesehatan tubuh.

#### b. Review literatur yang berkaitan

Judul sumber literatur yang dijadikan sebagai acuan utama yaitu buku *Overcoming Body-Focused Repetitive Behaviors a comprehensive behavioral treatment for hair pulling and skin picking* oleh Charles S. Mansueto, Sherrie Mansfield Vavrichek, and Ruth Golomb yang membahas tentang bentuk-bentuk kebiasaan BFRBs dan bagaimana

mengatasi kebiasaan BFRBs tersebut. Beberapa sumber literatur yang juga dijadikan sebagai sumber acuan tambahan yaitu jurnal *Body-focused repetitive behaviors in children and adolescents, clinical characteristics, and the effects of treatment choices on symptoms: a single-center retrospective cohort study* oleh Zehra Topal Hangül, Taha Can Tuman, Bengü Altunay Tuman, Gizem Yilmaz Saygili, Ali Evren Tufan.

c. Model dan Hipotesis

Berdasarkan latar belakang permasalahan, maka didapatkan hipotesis sebagai berikut :

- 1) BFRBs merupakan kebiasaan buruk pada satu bagian tubuh seperti menggigit kuku, mencabut rambut, mencabut kulit bibir yang juga dapat mempengaruhi kebiasaan anak-anak.
- 2) Kebiasaan BFRBs memberikan dampak bagi kesehatan seperti mengakibatkan luka, infeksi, diare dan merusak bagian tubuh yang menjadi titik kebiasaan BFRBs.
- 3) Kebiasaan-kebiasaan BFRBs ini masih dianggap sepele bagi masyarakat termasuk orang tua sebagai agen sosialisasi pertama anak. Oleh karena itu, dibutuhkan media edukasi untuk memperkenalkan kebiasaan BFRBs agar dapat menambah pengetahuan anak serta kepekaan orang tua terhadap kebiasaan anaknya.
- 4) Media buku interaktif dianggap sebagai media yang cocok karena terdapat komunikasi dua arah antara pembaca dengan media. Melalui buku interaktif, diharapkan pesan dan edukasi dapat tersampaikan dengan baik dan proses edukasi menjadi lebih menyenangkan.

d. Pengumpulan Data

Pengumpulan data akan dilakukan dengan wawancara, survey, dan mempelajari sumber-sumber kepustakaan dari buku, jurnal, dan bacaan dari internet.

e. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah 5w+1h yang terdiri dari :



- 1) What : Apa yang akan dirancang?
- 2) Who : Siapa target audience dari perancangan ini?
- 3) Where : Di mana batasan lokasi dari target audience pada perancangan ini?
- 4) When : Kapan perancangan ini perlu dikerjakan?
- 5) Why : Kenapa perancangan ini perlu dikerjakan?
- 6) How : Bagaimana merancang buku interaktif mengenai BFRBs sebagai media edukasi terhadap anak usia 4-8 tahun?

## 2. Metode Pengumpulan Data Perancangan

### 1. Data yang dibutuhkan

#### a. Data Primer

Data primer diperoleh melalui wawancara bersama narasumber yang berkompeten sesuai dengan topik perancangan agar memperoleh informasi yang lebih detail terkait topik perancangan, serta melalui *survey* dengan kuesioner untuk memperoleh lebih dalam informasi tentang media perancangan.

#### b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari literatur seperti buku atau jurnal yang mengkaji tentang Body Focused Repetitive Behaviors. Mempelajari sumber kepustakaan seperti buku, kamus, jurnal, makalah, maupun data-data yang bersumber dari internet.

## 2. Metode Pengumpulan Data Perancangan

#### a. Wawancara

Proses wawancara bersama psikologi klinis untuk mendapatkan informasi yang lebih tepat dengan perancangan.

#### b. Survey

Kuesioner dilakukan dengan menyebarkan angket secara online kepada Target Audience. Menggunakan metode survey dengan mengedarkan kuesioner online lewat *google forms* mengenai topik pembahasan dengan berisikan pertanyaan terbuka dan pilihan jawaban. Pengumpulan data dengan metode survey ditujukan untuk mendapatkan jawaban yang lebih menguatkan data yang telah ada.

c. Kajian Pustaka

Mempelajari sumber kepustakaan seperti buku, kamus, jurnal, makalah, maupun data-data yang bersumber dari internet yang mengkaji tentang Body Focused Repetitive Behaviors.

3. Brainstorming dan ideasi

- a. Melakukan brainstorming dan menjabarkan permasalahan dengan mind map untuk menemukan solusi yang tepat
- b. Setelah membuat mind map, media buku interaktif dijadikan solusi sebagai media perancangan. Buku interaktif akan berisikan ilustrasi dan narasi dengan mempertimbangkan gaya ilustrasi, warna, bahasa, dan tipografi yang sesuai dengan kebutuhan target audience.
- a. Media buku interaktif akan dicetak dalam bentuk buku fisik. Buku interaktif digunakan untuk mengedukasi tentang kebiasaan Body Focused Repetitive Behaviors kepada anak dan orang tua agar dapat memberikan pengetahuan serta kesadaran untuk menjaga kebersihan tubuh dan kepekaan terhadap kebiasaan anak.

4. Visualisasi media

a. Visualisasi ide dalam bentuk rough sketch

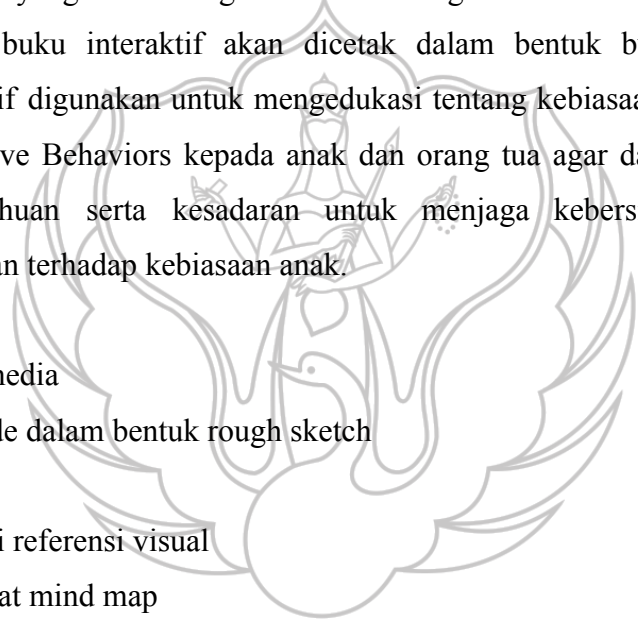
- 1) Riset
- 2) Mencari referensi visual
- 3) Membuat mind map

b. Merancang Copywriting

- 1) Riset
- 2) Parafrase konten buku interaktif
- 3) Menulis *storyline*

c. Merancang aset visual

- 1) Sketsa kasar
- 2) Pembuatan pola halaman interaktif



- 3) Sketsa final
- 4) Lining
- 5) Coloring
- 6) Detailing

#### d. Merancang Layout

- 1) Membuat thumbnail
- 2) Membuat sketsa kasar
- 3) Menyesuaikan pola halaman interaktif
- 4) Membuat tata letak antara narasi dengan ilustrasi

#### e. Produksi

Media buku interaktif diproduksi dalam format cetak dalam bentuk buku berseri dengan warna sampul yang berbeda dan cerita yang berbeda pada setiap seri.

### 5. Uji dan Evaluasi Media

#### a. Uji Media

Memberikan sampel buku interaktif kepada target audience

#### b. Feedback

Mengumpulkan respon target audience atas sampel buku interaktif yang telah disebar

#### c. Identifikasi perbedaan dengan ekspektasi dengan hasil di lapangan

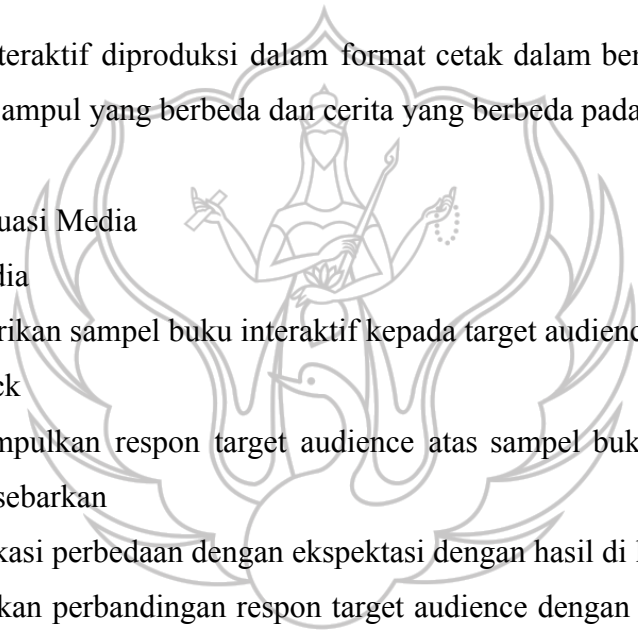
Melakukan perbandingan respon target audience dengan ekspektasi media yang telah dirancang

#### d. *Improve* dan *upgrade*

Melakukan perbaikan, penambahan, atau penyesuaian terhadap kekurangan yang didapatkan setelah melakukan perbandingan dengan hasil di lapangan

#### e. Validasi

Melakukan cross check dan konfirmasi untuk kemudian mendapatkan persetujuan dan keabsahan karya oleh pakar yang ahli dalam bidang psikologi khususnya pada BFRBs



## F. Definisi Operasional

### 1. Buku Interaktif

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, buku adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong; kitab. Sedangkan interaktif berarti sifat saling melakukan aksi, hubungan, saling aktif. Oleh karena itu, buku interaktif merupakan lembaran kertas yang berjilid yang dapat melakukan aksi, antar hubungan, dan saling aktif (Fanny Wilianto Oey, et.all, 2013)

### 2. Body Focused Repetitive Behaviors

Body Focused Repetitive Behaviors merupakan kebiasaan menggigit, mencabut, menarik, menggaruk rambut, kulit, bibir, pipi atau kuku yang mengakibatkan kepada luka pada tubuh. (TLC Foundation, <https://www.bfrb.org/your-journey/what-is-a-bfrb>, diunduh pada 07 Maret 2023)

### 3. Edukasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, edukasi adalah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran. Edukasi adalah pendidikan yang berarti suatu upaya yang telah direncanakan oleh seseorang agar dapat mempengaruhi orang lain, baik individu maupun kelompok dan juga masyarakat. Sehingga dengan adanya pendidikan ini mampu menjadikan suatu hal tersebut menjadi lebih baik. (Notoatmodjo, 2012)