

## 1. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Pengalaman pribadi yang mendasari perancangan ini adalah masalah pikun seperti lupa meletakkan barang, ingin mengerjakan suatu pekerjaan akan tetapi lupa mengerjakannya. Meskipun masih dalam usia yang produktif dan masih melakukan pembelajaran akan tetapi gejala lupa juga bisa dialami, maka dari itu diperlukan pencegahan pikun sejak dini.

Setiap manusia tentunya memiliki otak sebagai struktur pusat pengaturan yang memiliki volume sekitar 1.350cc dan terdiri atas 100 juta sel saraf atau neuron. Otak mengatur dan mengkoordinir sebagian besar, gerakan, perilaku dan fungsi tubuh homeostasis seperti detak jantung, tekanan darah, keseimbangan cairan tubuh dan suhu tubuh (Khrisna, 2010, p. 27). Pengetahuan mengenai otak memengaruhi perkembangan psikologi kognitif. Otak juga bertanggung jawab terhadap pengaturan seluruh badan dan pemikiran manusia. Oleh karena itu terdapat kaitan erat antara otak dan pemikiran. Otak dan sel saraf didalamnya dipercayai dapat memengaruhi kognisi manusia. Pengetahuan mengenai otak memengaruhi perkembangan psikologi kognitif. Otak juga bertanggung jawab atas fungsi seperti pengenalan, emosi dan ingatan. Dimana tanggung jawab otak pada ingatan memegang peranan yang penting karena semua memori yang pernah dilalui disimpan sebagai sebuah ingatan atau memori.

Memori mengenai kenangan indah dimasa masih kecil atau muda pasti merupakan suatu momen yang paling bahagia yang selamanya ingin semua orang kenang dan tidak ingin dilupakan. Memori-memori tersebut merupakan bagian dari kehidupan yang pernah dijalani dan merupakan sebuah pengalaman berharga yang kebanyakan orang simpan sebagai kenangan terindah. Memori-memori tersebut tentunya sangat sayang apabila dilupakan begitu saja karena penyakit pikun.

Penyakit pikun dalam istilah medis disebut demensia . Pikun disebabkan oleh adanya kerusakan pada sel-sel otak yang membuat kemampuan komunikasi antar sel-sel tersebut terganggu. Pikun bukanlah proses normal dari penuaan, karena dapat dialami siapa saja dan dari berbagai usia, namun orang tua lansia

memang lebih rentan mengalaminya. Tahun 2005, terdapat 24,3 juta orang yang mengalami pikun di seluruh dunia, tahun 2010 jumlahnya meningkat menjadi 35,6 juta (Britannica, 2012, p. 1). Penyakit pikun ini biasa diderita oleh kebanyakan orang yang berusia lanjut karena otak sudah mengalami penurunan dan lemah akan tetapi, saat ini sudah banyak orang yang mengalami gejala lupa atau pikun pada usia yang terbilang muda atau bisa dibilang pikun sejak dini. Mengalami kelupaan memang suatu hal yang wajar, tapi kalau sudah keseringan lupa itu bukan lagi sesuatu yang wajar. Sering lupa bisa diartikan bahwa otak lemah dalam mengingat sesuatu. Pada usia muda juga bukannya tidak mungkin, terjadi penurunan memori otak di usia produktif. Penyakit lupa di usia muda salah satunya disebabkan gaya hidup yang tidak sehat.

Ibu rumah tangga adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan seorang wanita yang telah menikah dan menjalankan urusan pekerjaan rumah tangga. Ibu rumah tangga tentunya memiliki banyak aktivitas seperti memasak, menyiapkan makanan, membersihkan rumah, membeli kebutuhan sehari-hari dan merawat anak. Selain itu menurut pengamatan yang telah dilakukan di lingkungan sekitar, ibu rumah tangga menengah ke atas juga sebagian besar memiliki pembantu rumah tangga sehingga lebih banyak menghabiskan waktunya dengan jalan-jalan ke pusat perbelanjaan, arisan, dan menonton tv. Semua aktivitas yang dilakukan itu tidak banyak mengasah otak sehingga dapat menyebabkan resiko terjadinya penyakit pikun sejak dini. Kebiasaan menonton tv terlalu lama juga bisa mengakibatkan kebodohan, karena Aktivitas menonton adalah aktivitas pasif yang membuat otak hanya menikmati, bukan berpikir. Dengan rutinitas dan aktivitas yang dilakukan seperti ini tentu saja meningkatkan resiko terjadinya penyakit pikun sejak dini. Berbeda halnya dengan seorang wanita karir atau pria yang bekerja di perkantoran, pekerjaan yang dilakukan menuntut otak untuk berpikir, sehingga secara tidak langsung otak terus bekerja. Maka dari itu ibu rumah tangga juga perlu untuk mencegah pikun sejak dini dengan latihan kognitif agar menstimulasi sel saraf otak. Cara lain untuk mencegah pikun sejak dini juga bisa dengan menjaga gaya hidup yang sehat dengan mengonsumsi makanan yang sehat, olahraga teratur dan tidur cukup, akan tetapi alternatif yang paling muda dan bermanfaat ialah membaca buku.

Membaca buku bisa membantu otak untuk terus bekerja dan menambah wawasan yang luas, dimana juga dapat membantu menjaga otak agar selalu menjalankan fungsinya secara sempurna serta melatih dan menstimulasi sel-sel saraf otak (Health Kompas, 2012, p. 1). Saat membaca, otak dituntut untuk berpikir lebih sehingga dapat membuat orang semakin cerdas. Selain itu membaca juga dapat langsung meningkatkan daya ingat otak, karena ketika membaca otak akan dirangsang dan stimulasi secara teratur yang dapat membantu mencegah gangguan pada otak termasuk penyakit pikun. Selain itu membaca buku dapat menunda atau mencegah kehilangan memori karena menurut para peneliti, kegiatan ini merangsang sel-sel otak dapat terhubung dan tumbuh. Penelitian yang diterbitkan dalam jurnal *Proceeding of National Academy of Sciences* di tahun 2001, menemukan bahwa seseorang yang melakukan aktivitas berhubungan dengan otak, salah satunya membaca cenderung lebih sedikit terkena penyakit pikun. Akan tetapi karena saat ini sudah kurangnya minat seseorang terhadap membaca buku, maka diciptakannya buku ilustrasi yang lebih menarik perhatian seseorang karena adanya daya tarik visual. Selain dari segi lebih menarik, buku ini juga memudahkan ibu rumah tangga untuk memahami isi dengan gambaran yang ada, selain itu adanya permainan yang membantu mencegah pikun dengan beberapa alternatif permainan yang menstimulasi otak, jadi terdapat interaksi antara buku dengan pembaca yaitu ibu rumah tangga bisa membaca sekaligus bermain untuk mencegah pikun sejak dini.

**Identifikasi verbal visual dengan karya Tugas Akhir yang pernah ada :**

- Judul karya : Perancangan Buku Interaktif Pencegahan Diabetes Melitus pada Anak-Anak
- kreator : Jessica Widjanarko Wilianto
- Tahun : 2009
- Sinopsis :

Salah satu penyakit yang dewasa ini merambah masyarakat terutama anak-anak di Surabaya yaitu Diabetes Melitus. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi resiko penyakit tersebut pada anak-anak adalah dengan memberikan edukasi tentang penyakit tersebut sejak dini. Perancangan buku interaktif pencegahan diabetes ini memerlukan interaksi sehingga dapat membuat

anak lebih tertarik dalam membaca buku ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk membantu mengurangi jumlah penderita diabetes dengan memberikan edukasi sejak dini.

Dari karya tersebut terdapat perbedaan dan persamaan karya yang akan dibuat. Persamaan karya adalah dari segi bidang kesehatan yang dibahas, sama-sama membahas tentang kesehatan serta perkembangan zaman modern yang menyebabkan manusia memiliki gaya hidup yang salah, sehingga di zaman yang modern ini tidak heran apabila seseorang yang masih muda bisa terkena penyakit yang biasanya dialami oleh orang yang lanjut usia.

Perbedaan karya yang dibuat adalah tema kesehatan yang dibahas berbeda, Perancangan ini membahas tentang penyakit dimensia, sedangkan Jessica membahas tentang diabetes melitus. Selain itu meskipun membahas tentang gaya hidup yang salah, topik mengenai gaya hidup yang dimaksud berbeda. Dimana gaya hidup yang dimaksud oleh Jessica adalah pola makan yang salah seperti makan-makanan yang instant menyebabkan timbulnya penyakit itu sejak dini, sedangkan perancangan media interaktif pencegahan pikun sejak dini ini membahas tentang gaya hidup yang salah karena kemajuan teknologi yang menyebabkan ruang gerak ibu rumah tangga semakin sempit, tergantung pada teknologi dan aktivitas yang mereka lakukan tidak banyak mengasah otak.

Visualisasi yang ada pada media interaktif juga memiliki *style* yang berbeda dimana perancangan ini akan membuat buku dengan visualisasi yang lebih serius dan menarik perhatian dengan gambaran ilustrasi mengenai kegiatan sehari-hari ibu rumah tangga. *Layout* juga tentunya dibuat menarik tapi *simple* tidak terlalu *colorful*, berbeda dengan Jessica dimana target audiencenya adalah anak-anak yang tentu saja ia menggunakan lebih banyak gambar *cartoon* serta *character cartoon* dan warna yang *colorful*.

#### **Identifikasi verbal visual dengan buku yang pernah ada :**

- Judul buku : Melatih Otak Anti Lupa Dengan Metode Laci Pikiran
- kreator : Afin Murtie
- Tahun : 2013
- Sinopsis :

Metode laci pikiran adalah salah satu cara mengatur informasi yang masuk ke dalam otak. Informasi tersebut disaring dalam memori sensorik, lalu akan dipilah-pilah, mana yang harus dibuang serta bagian mana yang harus disimpan dan dimasukkan dalam LTM (*Long Term Memory*).

Persamaan dari buku yang telah ada ini adalah sama-sama membahas mengenai bagaimana cara melatih otak agar tidak mudah lupa. Sedangkan perbedaan yang ada ialah buku ini lebih membahas mengenai melatih otak agar tidak mudah lupa dengan cara mengubah gaya hidup seseorang seperti manajemen waktu yang baik, mengorganisasi waktu dengan baik dan menghindari stress. Berbeda dari perancangan media interaktif pencegahan pikun sejak dini yang lebih memfokuskan bagaimana cara meningkatkan daya ingat otak dengan cara seperti membaca buku dan melakukan permainan yang menstimulasi otak seperti contohnya saja sudoku. Perbedaan lainnya juga perancangan ini akan dibuat dalam media interaktif yang tentunya lebih menarik perhatian karena memperhatikan unsur desain grafis, layout dan ilustrasi.

## **1.2. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana cara mencegah pikun sejak dini dengan cara membaca buku?
2. Bagaimana membuat media interaktif yang bermanfaat untuk ibu rumah tangga sebagai pencegahan pikun sejak dini?

## **1.3. Batasan Masalah**

1. Sasaran perancangan Tugas Akhir ini adalah ibu rumah tangga usia 30 sampai dengan 50 tahun.
2. Pesan yang disampaikan dalam perancangan ini difokuskan kepada ibu rumah tangga agar lebih banyak melakukan aktivitas kognitif untuk pencegahan pikun sejak dini.

## **1.4. Tujuan Perancangan**

1. Mencegah pikun sejak dini dengan cara membaca buku.
2. Membuat media interaktif yang bermanfaat untuk ibu rumah tangga sebagai pencegahan pikun sejak dini.

## **1.5. Manfaat Perancangan**

### **1.5.1. Manfaat Perancangan bagi Mahasiswa DKV:**

Menciptakan sebuah buku sebagai media interaktif dalam pencegahan pikun sejak dini serta sebagai sebuah media pembelajaran yang menarik. Memberikan pengertian terhadap apa itu media interaktif serta menambah pengetahuan dalam menggambar ilustrasi dan melayout buku. Selain itu bisa dijadikan sebagai pedoman dalam pembuatan perancangan tugas akhir selanjutnya.

### **1.5.2. Manfaat Perancangan bagi Sasaran Perancangan:**

Memberikan pemahaman yang penting bahwa seseorang perlu mencegah pikun sejak dini dengan salah satu alternatif yaitu membaca buku agar otak terus bekerja dan dapat berfungsi dengan baik sehingga tidak mudah lupa dimana kebanyakan ibu rumah tangga saat ini kurang senang dengan aktivitas membaca. Serta sebisa mungkin juga menghindari aktivitas yang pasif karena dapat membuat otak semakin malas. Selain itu pembuatan media interaktif dalam bentuk buku akan lebih diminati, karena selain memberikan hiburan juga memberikan pengetahuan yang dapat merangsang fungsi kerja otak dan mencegah pikun sejak dini.

### **1.5.3. Manfaat bagi Masyarakat Umum:**

Menjauhkan penyakit pikun sejak dini pada masyarakat merupakan hal penting yang perlu untuk dipahami. Banyak masyarakat yang masih belum tahu bagaimana cara menghindari penyakit tersebut. Membaca buku merupakan hal paling mudah yang bisa dilakukan untuk menghindari penyakit pikun, karena buku selain memberikan hiburan juga memberi informasi penting yang sebelumnya tidak diketahui. Dengan membaca buku otak akan lebih mudah untuk mengingat dan memahami dimana kedua fungsi ini dapat memperkuat daya ingat otak. Sehingga dengan adanya buku sebagai media interaktif ini diharapkan banyak masyarakat tahu cara menghindari penyakit pikun.

## **1.6. Definisi Operasional**

### **1.6.1. Pikun Sejak Dini**

Penyakit pikun / demensia ini biasanya terjadi pada orang lanjut usia atau lansia, karena terjadi kerusakan pada bagian-bagian otak yang berhubungan dengan fungsi mengingat. Akan tetapi di zaman ini sudah banyak orang yang tergolong di usia yang masih muda sudah terkena penyakit ini disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat.

### **1.6.2. Buku Ilustrasi**

Buku adalah kumpulan tulisan, cetakan, ilustrasi, kertas kosong atau bahan lainnya yang dijilid menjadi satu pada salah satu ujungnya. Setiap selembarnya dari buku disebut dengan lembar dan masing-masing sisi dari lembar disebut dengan halaman sedangkan Ilustrasi adalah hasil visualisasi dari suatu tulisan dengan teknik drawing, lukisan, fotografi, atau teknik seni rupa lainnya yang lebih menekankan hubungan subjek dengan tulisan yang dimaksud daripada bentuk. Jadi buku ilustrasi adalah kumpulan tulisan yang disertai dengan gambaran sebagai pendukung.

## **1.7. Metodologi Perancangan**

### **1.7.1. Metode Pengumpulan Data**

#### **1.7.1.1. Objek Perancangan:**

Buku Sebagai Media Interaktif Pencegahan Pikun Sejak Dini.

#### **1.7.1.2. Data Primer**

##### **a. Wawancara**

Wawancara akan dilakukan terhadap psikiater untuk mengetahui bagaimana seseorang bisa mengalami penurunan daya ingat serta faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dan bagaimana cara untuk mencegah pikun sejak dini.

b. Observasi

Observasi dengan mengamati aktivitas seseorang yang terkena penyakit pikun sejak dini. Bagaimana keseharian gaya hidupnya, interaksi yang dilakukan, emosi dan kestabilan tubuhnya. Melakukan pengamatan juga terhadap aktivitas keseharian ibu rumah tangga seperti apa saja yang dilakukan dan bagaimana gaya hidupnya sehari-sehari

### 1.7.1.3. Data Sekunder

Data yang dikumpulkan mengenai apa itu penyakit pikun serta apa yang menyebabkan banyak orang saat ini di usia mudah sudah mengalami gejala penyakit demensia, serta mencari solusi untuk memstimulasi otak. Data ini didapatkan dari referensi buku, internet dan *e-book*.

## 1.7.2 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah Deskriptif Kualitatif, karena perancangan ini bertujuan untuk menggambarkan sifat sesuatu yang tengah berlangsung pada saat penelitian. Selain itu juga memberikan informasi yang bermanfaat bagi orang lain. Perancangan bersifat deskriptif kualitatif karena dilakukan proses penelitian yang disusun dalam sebuah informasi yang kemudian datanya dianalisis. Cara analisis data dengan menggunakan 5W1H.

### **WHO**

Ibu rumah tangga usia 30-50 tahun.

### **WHERE**

Surabaya

### **WHEN**

Januari-juni 2014

### **WHAT**

Pikun memang bukanlah proses penuaan, akan tetapi orang tua atau lansia memang lebih rentan mengalaminya. Namun saat ini sudah banyak orang yang di usia muda sudah mengalami penyakit pikun sejak dini disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Maka dari itu diperlukan sebuah solusi untuk mencegah pikun sejak dini dengan alternatif yang paling mudah serta bermanfaat yaitu dengan membaca.

### ***WHY***

Ibu rumah tangga memang memiliki banyak aktivitas pekerjaan rumah tangga yang dilakukan, akan tetapi karena semua aktivitas tersebut tidak banyak melatih fungsi kognitif otak, maka resiko mengalami penyakit pikun sejak dini semakin besar. Maka dari itu diperlukan sebuah cara untuk mencegah pikun sejak dini.

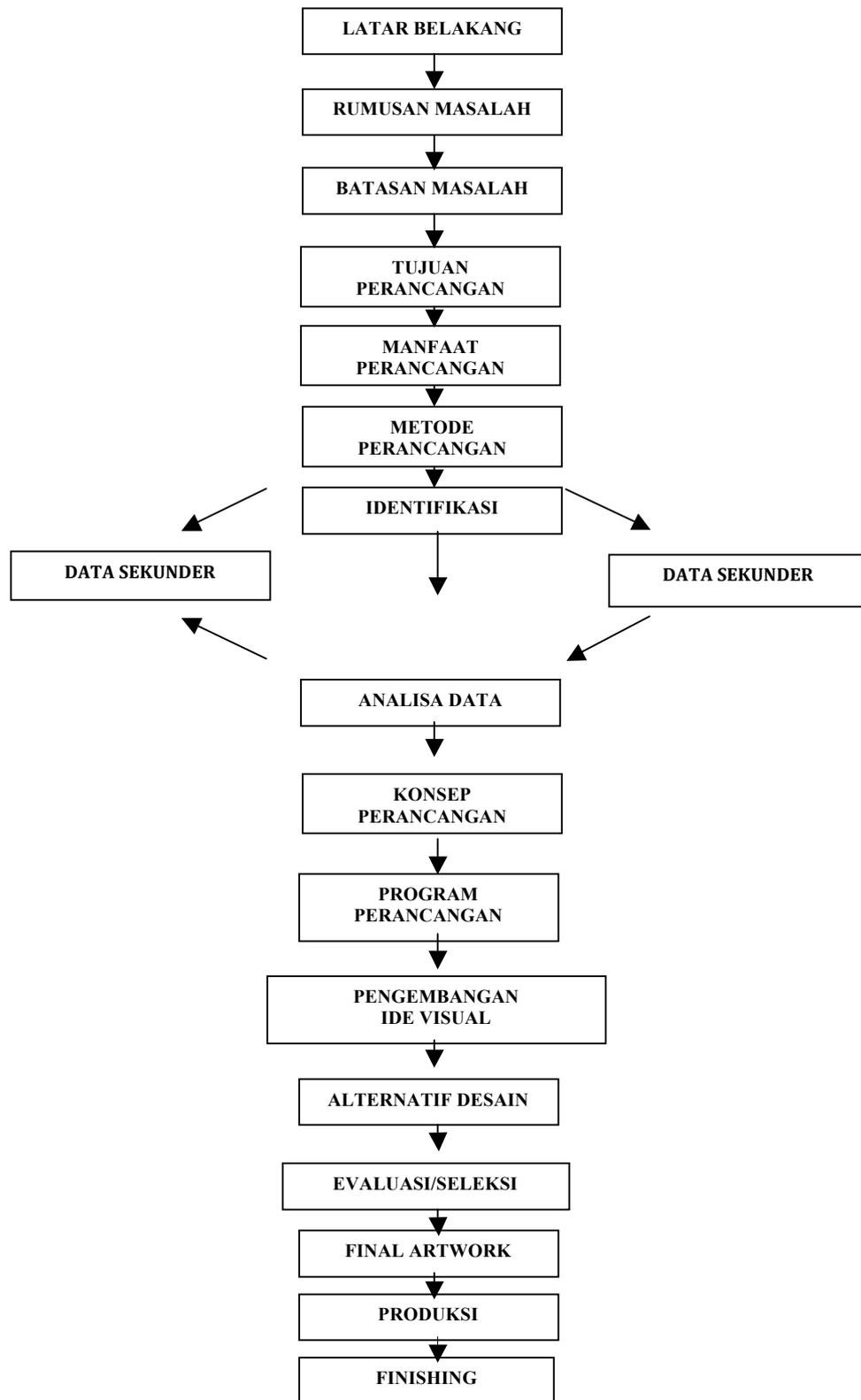
### ***HOW***

Membuat ilustrasi yang diaplikasikan pada buku mengenai cara mencegah pikun sejak dini.

## **1.8. Konsep Perancangan**

Menggunakan ilustrasi berbentuk buku dalam perancangan pencegahan pikun sejak dini. Buku ini akan berisi tentang penjelasan apa itu penyakit pikun, faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya pikun serta cara-cara meningkatkan daya ingat otak agar mencegah terjadinya penyakit pikun sejak dini. Informasi yang disampaikan akan menggunakan penjelasan yang mudah dimengerti disertai dengan beberapa gambar ilustrasi. Selain itu dalam buku ini akan terdapat ilustrasi mengenai kegiatan sehari-hari ibu rumah tangga . Dalam buku ini juga terdapat beberapa permainan yang mengasah otak sehingga memberikan manfaat yang bagus untuk ibu rumah tangga dalam mencegah pikun. Permainan-permainan ini juga memiliki variasi yang bermacam-macam agar tidak membosankan seperti teka-teki silang, sudoku, dan sebagainya.

## 1.9. Skematika Perancangan



Gambar 1.1 Skematika perancangan