

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

ADHD merupakan gangguan pada perkembangan saraf yang mempengaruhi cara kerja otak. Ditandai dengan perilaku yang impulsif, sulit berkonsentrasi dan sulit mengendalikan perilaku atau dikenal dengan hiperaktif, menurut DSM-V ADHD dibedakan menjadi 2 gejala yaitu, gejala sulit fokus dan hiperaktif dan impulsif, sulit fokus sering kehilangan barang, ceroboh, tidak memperhatikan detil, sedangkan hiperaktif dan impulsif adalah kesulitan duduk dalam waktu jangka panjang. Individu yang terdiagnosis dengan ADHD harus memiliki gejala sulit fokus atau gejala hiperaktif dan impulsif (APA, 2013). Berdasarkan *expert interview*, ia mengatakan bahwa ADHD adalah gangguan mental bukan gangguan intelektual, karena individu dengan ADHD mungkin mengalami masalah terkait prestasi, permasalahan ini umumnya cenderung dipicu oleh gangguan pemusatan perhatian dan bukan merupakan masalah kapasitas intelektual, selain itu penanganan harus dari pemahaman baru mendapatkan kesadaran untuk melakukan terapi. Pada usia 16-24 tahun merupakan masa kritis seorang individu, pada periode tersebut remaja sering mengalami perubahan emosional dan perilaku (Fadil,2022). Populix (2022) menunjukkan bahwa 52% masyarakat Indonesia menyadari mereka mengidap gangguan mental pada usia 18-24 tahun.

Gejala ADHD umumnya muncul pada usia 7 tahun atau remaja, dan 60% penderita ADHD akan mengalami gangguan hingga dewasa (Oakes,2022). Anak laki-laki lebih rentan terdiagnosis ADHD 7,2%, selain itu perempuan juga bisa mengalaminya. Gejala ADHD pada perempuan berbeda dengan laki- laki, sehingga sulit untuk terdiagnosis (BBC,2022). Prevalensi ADHD pada dewasa secara global adalah 2,58% dan 6,76% di antaranya terdiagnosis gejala ADHD (Song et al., 2021). Menurut Yayasan Pusat Kemandirian Anak di wilayah Jakarta terdapat 26,2% anak berusia 6-13 tahun menderita ADHD. *Centers For Disease Control and Prevention* (2017) kasus ADHD di dunia meningkat 5% per tahun.

Anggraini (2022), Gejala ADHD pada orang dewasa lebih sulit diagnosis daripada gejala ADHD pada anak-anak. Oleh karena itu banyak kasus orang dewasa mengalami gejala ADHD tanpa disadari. Jika ADHD tidak ditangani dengan baik, penderita ADHD akan menimbulkan gejala depresi dan rasa kecemasan yang berlebihan. Kementerian kesehatan republik Indonesia (2023) Penanganan ADHD dewasa dengan melakukan psikoterapi atau farmakologi (obat-obatan). Dr. Merry Dame Cristy Pane (2022) menjelaskan psikoterapi adalah terapi perilaku kognitif yang bertujuan untuk mengembangkan *self-esteem*. Tujuan dari psikoterapi agar ADHD dewasa dapat lebih terorganisir, dapat menentukan prioritas, dan dapat menyelesaikan tugas hingga tuntas, sedangkan dalam mengatasi kecemasan dan mengontrol perubahan *mood* penderita diajari dan diarahkan ke beragam teknik untuk mengolah stres dan emosi.

Terapi psikoterapi terdapat beberapa jenis salah satunya adalah terapi kognitif. Terapi kognitif bertujuan untuk memperbaiki pola pikir dan perilaku, Anjani (2021), menjelaskan bahwa terdapat beberapa jenis hobi yang dapat melatih fungsi kognitif, dalam peringkat pertama yaitu bermain musik, peringkat kedua adalah merajut dan peringkat ketiga adalah olahraga. Anjani menjelaskan bahwa merajut dapat meningkatkan kecerdasan anak (detikedu,2021). *Health fitness revolution* Andaresta (2021) menjelaskan merajut bukan sekedar hobi, namun memiliki manfaat untuk kesehatan, terutama pada penderita ADHD untuk melatih fungsi kognitif, menciptakan rasa orientasi, meredakan stres, meningkatkan konsentrasi dan memori.

Berdasarkan dari *expert interview*, penanganan pertama adalah menyadari kondisi dan gejala ADHD, setelah itu terdapat kesadaran untuk melakukan terapi. Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah media informasi untuk menjelaskan gejala ADHD dan sebuah aktivitas yang dapat melatih fokus dan meredakan hiperaktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Media informasi adalah kumpulan informasi yang disusun menjadi konten bermanfaat bagi para pengguna, maka dari itu, penulis mengharapkan media informasi dapat membantu para penderita dalam mengurangi gejala ADHD dengan aktivitas merajut sebagai alat terapi dalam mengelola stres dan orientasi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana perancangan media informasi interaktif pembelajaran merajut dengan teknik *crochet* sebagai terapi dewasa ADHD untuk usia 17- 21 tahun.

1.3 Batasan Masalah

Perancangan media interaktif pembelajaran merajut dengan teknik *crochet* sebagai terapi dewasa ADHD, media pembelajaran ini dibatasi:

1. Segmentasi
 - a. Demografis
 - a) Jenis Kelamin: Semua gender
 - b) Usia: 17-21 Tahun
 - b. Geografis : Jabodetabek
 - c. Edukasi : SMA/ S1
 - d. SES: SES B
 - e. Psikografi
 - a) Mengalami gejala ADHD
 - b) Tertarik mencari kegiatan baru untuk mengurangi gejala ADHD
 - c) Disorganisasi, sulit fokus dan kesulitan dalam manajemen waktu
 - d) Pribadi yang memiliki rasa penasaran yang tinggi
 - e) Pribadi yang ingin mencoba hal baru.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, tujuan akhir penelitian ini adalah perancangan media informasi interaktif pembelajaran merajut dengan teknik *crochet* sebagai terapi dewasa ADHD. Bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ADHD mengatasi masalah yang dialami dan mengajak target *audience* untuk mencoba aktivitas merajut agar mereka dapat melatih fungsi kognitif dan fokus mereka dalam sehari- hari.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

1) Manfaat Bagi Penulis

- a) Perancangan ini dapat bermanfaat bagi penulis agar dapat merancang sebuah media informasi interaktif dalam pembelajaran merajut dengan teknik *crochet* untuk terapi ADHD.
- b) Perancangan ini dapat bermanfaat bagi penulis dalam mengimplementasikan ilmu yang telah di pelajari selama masa perkuliahan desain komunikasi visual

2) Bagi Orang Lain

- a) Perancangan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi orang lain untuk menjelaskan proses pembelajaran merajut untuk pemula dan sebagai salah satu alat terapi atau melatih fungsi kognitif.
- b) Perancangan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi orang lain sebagai referensi untuk memulai belajar merajut.

3) Bagi Universitas

- a) Perancangan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Universitas Multimedia Nusantara sebagai referensi para mahasiswa mengenai topik permasalahan untuk tugas akhir.
- b) Perancangan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Universitas Multimedia Nusantara sebagai representasi dari ilmu pengetahuan di bidang desain komunikasi visual.

U M M N
U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A