

PERANCANGAN BUKU CERITA BERGAMBAR SEBAGAI MEDIA EDUKASI MENGENAI GANGGUAN KEPRIBADIAN AMBANG (BPD)

Nur Adilla Wulansari¹, Agus Rahmat Mulyana², dan Ramlan³

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Arsitektur dan Desain, Institut Teknologi Nasional Bandung

E-mail: nur.adilla@mhs.itenas.ac.id, agusmuldkv@itenas.ac.id, ramlan@itenas.ac.id

Abstrak

Gangguan Kepribadian Ambang (BPD) adalah gangguan mental yang ditandai dengan kesulitan mengendalikan emosi, suasana hati yang tidak stabil, kecemasan berlebihan, takut ditinggalkan, perasaan tidak berharga, perilaku impulsif, dan masalah dalam hubungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk merancang buku cerita sebagai media edukasi dan informasi tentang BPD. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa penyajian informasi visual melalui buku cerita bergambar untuk mengenali karakteristik dan rintangan yang dihadapi oleh penderita untuk meningkatkan kesadaran, dukungan, dan mengurangi stigma publik. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara kualitatif serta Design Thinking, wawancara dilakukan kepada seorang psikolog, 2 penderita BPD, dan individu yang menjalin hubungan dengan penderita untuk memahami dampak penyakit tersebut dari berbagai Point of View. Sebagai harapan, buku ini dapat memberikan kesadaran dan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat mengenai Gangguan Kepribadian Ambang.

Kata kunci: BPD, kesehatan mental, psikologi, kesadaran, stigma, buku cerita bergambar

Abstract

Borderline Personality Disorder (BPD) is a mental disorder characterized by difficulty in controlling emotions, unstable mood, excessive anxiety, fear of abandonment, feelings of worthlessness, impulsive behavior, and problems in social relationships. This research aims to design a storybook as an educational and informational medium about BPD. The study is expected to benefit by presenting visual information through illustrated storybooks to recognize the characteristics and challenges faced by patients, aiming to increase awareness, support, and reduce public stigma. The methods used in this research include qualitative interviews and Design Thinking. Interviews were conducted with a psychologist, two BPD patient, and individuals acquainted with someone with BPD, and psychologists to understand the impact of the disorder from various points of view. Hopefully this book can provide better awareness and understanding of Borderline Personality Disorder to the public.

Keywords: BPD, mental health, psychology, awareness, stigma, illustrated storybook

1. Pendahuluan

Stigma seringkali muncul dari rasa takut dan ketidakpahaman, saat ini masyarakat masih cukup awam dengan konteks kesehatan mental. Penyakit mental seringkali dianggap hanya sebagai alasan seseorang berperilaku demikian tanpa ingin mengenal dan memahami apa yang sebenarnya dirasakan dan dialami. Hal ini menyebabkan berbagai opini dengan pandangan sebelah mata, padahal kesehatan jiwa merupakan hal yang penting dalam keberlangsungan hidup manusia agar aspek kehidupan bekerja secara lebih maksimal(1).

Dalam masyarakat, khususnya di sosial media, tidak sedikit yang menceritakan pengalaman buruknya saat bertemu dengan salah satu individu yang memiliki penyakit atau gangguan mental. Salah satu gangguan yang sering disebut adalah 'BPD' yaitu Borderline Personality Disorder atau Gangguan

Kepribadian Ambang. Gangguan ini mempengaruhi kehidupan sehari-hari penderitanya dikarenakan mood yang tidak stabil, cemas yang berlebihan, takut ditinggalkan, perasaan tak berarti, sikap impulsif dan kesulitan menjalani hubungan(2). Banyak orang menganggap bahwa BPD manipulatif, ketus, dan problematik, sehingga menghasilkan pandangan negatif yang sulit untuk diterima dalam masyarakat.

Kurangnya kesadaran yang baik menciptakan kesalahan informasi yang fatal yang muncul dari berbagai opini, hal ini meningkatkan stigma publik dan mengurangi dukungan terhadap kondisi mental seseorang. Dukungan yang baik diperlukan untuk penderita agar meningkatkan kualitas hidup dan menemukan pertolongan sejak dini. Sumber edukasi yang baik dapat membantu masyarakat untuk meningkatkan kesadaran serta memahami kesehatan mental lebih dalam.

Sebagai bentuk untuk meningkatkan kesadaran serta mengurangi stigma tentang kesehatan mental, buku cerita bergambar akan digunakan sebagai media edukasi untuk memberikan pemahaman dan gambaran mengenai tantangan psikis dalam kehidupan sehari-hari serta menunjukkan sisi-sisi positif yang dimiliki penderita. Ilustrasi visual yang digunakan dalam buku ini memiliki peran yang sangat membantu untuk perencanaan yang strategis dalam pembelajaran karena merupakan bentuk komunikasi visual yang sederhana, efektif dan efisien(3). Buku cerita bergambar ini diharapkan dapat mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran dengan memberikan visual berupa hiburan sekaligus edukasi untuk mengenal BPD secara lebih baik.

2. Metode/Proses Kreatif

Dalam perancangan buku ini, memanfaatkan metode Design Thinking yang terdiri dari lima tahap yaitu: Empathize, Define, Ideate, Prototype dan Testing. Design Thinking adalah metode yang bertujuan untuk memahami pengguna, masalah yang dihadapi, mendefinisikan ulang masalah untuk mencari strategi dan solusi yang alternatif dengan mengumpulkan informasi serta memecahkan masalah secara kreatif dalam bentuk prototipe yang selanjutnya akan diuji untuk dikembangkan lebih baik(4).

Pada tahapan pertama dimulai dengan 'empathize' untuk memahami pengguna dan masalah yang ingin dipecahkan (Need, Want, Dream, Fear) dari target audiens. Dalam konteks ini, memahami sudut pandang dari pengalaman penderita ataupun orang sekitarnya yang sudah pernah berhadapan dengan penderita untuk membantu merancang buku yang relevan dan bermanfaat. Metode lainnya juga ikut dilibatkan seperti wawancara untuk mengumpulkan data mengenai karakteristik BPD dan bagaimana penderita melewati kesehariannya. Studi literatur juga dilakukan untuk memahami lebih dalam bagaimana stigma dapat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat. Wawancara dilakukan dengan empat narasumber, seorang psikolog, dua merupakan penderita BPD, dan satu lagi merupakan seorang yang menjalin hubungan dengan penderita. Semua data yang dikumpulkan pada tahap ini akan digunakan sebagai gagasan utama dalam perancangan.

Tahap kedua adalah 'define', pada tahap ini data sebelumnya yang sudah dikumpulkan akan dianalisa untuk merumuskan masalah dari informasi yang telah didapatkan dengan metode SWOT (Strength, Weakness, Opportunity dan Threats). Analisis SWOT merupakan salah satu metode analisis yang bertujuan untuk mengidentifikasi beberapa faktor secara sistematis untuk merumuskan strategi dan solusi yang ditawarkan sesuai misi dan tujuan perancangan(5). Analisis SWOT dapat mempermudah pemecahan masalah dan mencari solusi yang tepat bagi target audiens, data yang dikumpulkan akan membantu menyusun strategi serta perancangan yang lebih maksimal dalam mengatasi permasalahan yang ada.

Tahap ketiga adalah 'ideate', yang merupakan langkah untuk menggabungkan konsep dari ide-ide yang dirancang, metode ini bertujuan menciptakan proses dengan kreativitas yang tersedia untuk menghasilkan sesuatu yang inovatif kedalam buku cerita untuk mengedukasi tentang bagaimana kehidupan yang dijalani oleh penderita BPD dan nilai-nilai penting yang dapat diambil dari buku tersebut. Pada tahapan ini teknik storytelling yang akan digunakan adalah teknik Monomyth dan bahasa visual seperti metafora dan analogi untuk menggambarkan perjuangan si karakter yang menderita BPD dalam menghadapi berbagai tantangan di kesehariannya hingga akhirnya mulai rehabilitasi dan mengenal diri sendiri lebih baik. Tahapan ini melibatkan brainstorming dan sketching untuk

menghasilkan konsep serta ide-ide yang dapat dijadikan gagasan dalam perancangan isi konten buku. Tidak hanya itu, penggunaan tone & manner juga ikut diperhatikan untuk memaksimalkan perancangan.

Tahap keempat adalah 'prototype', tahap ini merupakan langkah yang akan merealisasikan konsep-konsep sebelumnya menjadi wujud yang nyata dalam bentuk visual sebuah buku cerita bergambar untuk mengenalkan BPD dan moral-moral penting yang akan ditunjukkan didalam buku. Hasil prototype akan diuji kepada target audiens untuk tahap terakhir agar memperoleh pendapat/feedback tentang kesesuaian informasi, konsep, dan yang digunakan dengan metode post-test.

3. Diskusi/Proses Desain

3.1 Pengumpulan Data

Pada tahap Emphasize, data mengenai pengalaman masing-masing narasumber terkait BPD didapatkan dengan studi literatur dan wawancara. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, Gangguan Kepribadian Ambang merupakan gangguan psikiatrik yang biasa terjadi pada remaja hingga dewasa awal dan dibutuhkan lebih banyak perhatian dari tenaga medis karena memiliki resiko bunuh diri yang lebih tinggi dibandingkan gangguan kepribadian lainnya. Sampai saat ini belum diketahui penyebab pasti munculnya gangguan ini (6). Dalam dua grup antara remaja dan dewasa terdapat sebanyak 90% yang sudah pernah cutting atau memutilasi diri dan sebanyak 75% telah melakukan percobaan bunuh diri(7). Pada keluarga yang awam tentang BPD, remaja yang terdiagnosis BPD dianggap berperilaku buruk selama masa pertumbuhan, hal ini berdampak pada hubungan dengan orang tua dan teman-teman yang mengakibatkan kehancuran hubungan karena tidak ada yang mengerti apa yang sebenarnya terjadi (8). Sebuah penelitian dilakukan untuk mencatat program yang dilakukan pada penyedia layanan kesehatan, berdasarkan hasil yang dikeluarkan, program anti-stigma menunjukkan hasil yang lebih efisien dalam penyembuhan dan pemulihan pasien BPD(9).

Berdasarkan hasil wawancara dengan psikolog dan individu yang sedang menjalin hubungan dengan penderita, menjalani hubungan serta relasi yang sehat sulit didapatkan dengan mudah, penderita merasa kesulitan memutuskan jalan yang tepat yang akhirnya mempengaruhi cara memandang kepada diri sendiri, orang lain atau aspek kehidupan lainnya. Begitu juga dua penderita BPD yang sudah sering melakukan self harm dan sama-sama mengalami kesalahpahaman dari orang sekitarnya dalam hidup mereka, hal inilah yang membuat mereka takut untuk memilih terbuka kepada keluarga mengenai apa yang mereka derita karena takut jika akan di-judge. Atau dinilai tidak baik. Seluruh narasumber setuju bahwa pengetahuan serta kesadaran masyarakat tentang BPD maupun dalam konteks kesehatan mental masih minim dan dibutuhkan edukasi lanjutan untuk menunjang kualitas hidup yang lebih baik.

3.2 Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan pada tahap Emphasize dianalisis lebih lanjut di tahapan Define menggunakan metode analisis SWOT. Dari hasil yang diperoleh, dapat diusulkan solusi berupa penyajian media pembelajaran melalui narasi yang dibantu dengan visual untuk menggambarkan suatu peristiwa secara lebih dalam dapat membantu penyampaian informasi yang efektif. Media yang dipilih untuk mencapai tujuan ini adalah buku cerita bergambar. Buku ini akan dibaca oleh para remaja maupun dewasa yang dimana pada masa ini memiliki ketertarikan membaca cerita dengan ilustrasi ataupun visual seperti webcomic, komik, zine ataupun media bacaan lainnya yang mirip.

Studi juga menemukan bahwa Gen Z yang berusia 15-21 tahun lebih terbuka terhadap kesehatan mental, golongan usia ini cenderung mengakui dan melaporkan masalah yang mereka hadapi(10). Adapula studi yang menyatakan bahwa sekitar 75% informasi yang diproses oleh otak berasal dari format visual. Pembelajaran visual membantu otak dalam menyimpan informasi dalam jangka lebih panjang dan memungkinkan pelajar untuk lebih mudah mengaitkan ide dan konsep dengan visual(11). Media pembelajaran seperti buku cerita bergambar dapat membantu proses pembelajaran dan meningkatkan motivasi minat membaca(12). Kesimpulannya, buku cerita bergambar dapat menjadi pilihan yang tepat karena dapat menjangkau pemahaman yang lebih luas yang dapat mendorong dan mengajak masyarakat

untuk memiliki kesadaran tentang kesehatan mental dan memotivasi masyarakat untuk mencari tahu selebihnya mengenai BPD.

Setelah selesai menganalisa SWOT, tahap selanjutnya adalah menentukan strategi komunikasi. Tahap ini bertujuan untuk mendefinisikan pesan dan taktik yang akan digunakan untuk menyampaikan tujuan yang dimaksud. Strategi yang dipilih untuk perancangan ini adalah model AIDA (Attention, Interest, Desire, Action) dan strategi Think, Feel, Do.

Pada bagian 'attention' akan ditulis mengenai pengenalan sebuah karakter yang memiliki Gangguan kepribadian ambang, kemudian dilanjut pada bagian 'interest' untuk menunjukkan keseharian dan tantangan yang di hadapi si karakter untuk menarik minat target audiens, pada bagian 'desire' cerita akan menunjukkan keunikan atau sisi positif yang karakter miliki, sehingga 'action' buku ini akan meningkatkan kesadaran publik serta mengurangi stigma yang beredar di publik. Selanjutnya strategi think feel do digunakan untuk menganalisa konten secara lebih emosional serta menegaskan pesan dari konten yang dimaksud.

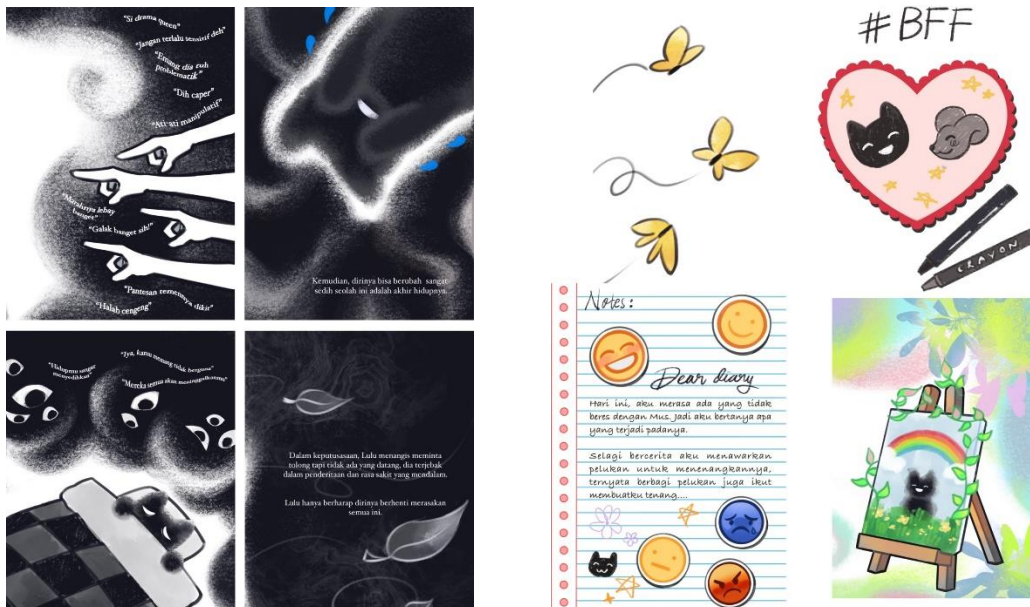
3.3 *Creative Approach*

Tahap Ideate diberlakukan untuk memulai perancangan buku. Pada tahap ini, cerita bergambar mengambil cerita dari beberapa pengalaman narasumber serta memasukkan peristiwa-peristiwa yang terkait dengan tema topik. Cerita dimulai dengan memperkenalkan sebuah karakter yang mendapat trauma sejak kecil sehingga mendapat penyakit mental BPD, kemudian cerita akan menunjukkan bagaimana perjuangan si karakter menghadapi tantangan di kesehariannya, dalam cerita juga akan ada konflik dimana si karakter sempat putus asa namun akhirnya ia bisa bangkit kembali dan menemukan kehidupan baru yang lebih baik.

Konsep dari cerita ini mengambil gagasan atau topik utama yang sesuai dengan judul buku yaitu "Hitam Putih". Konsep ini memainkan peran warna dalam menyalurkan pesan emosional dalam cerita, bahasa visual seperti metafor dan analogi juga ikut memainkan peran penting dalam perancangan ini.

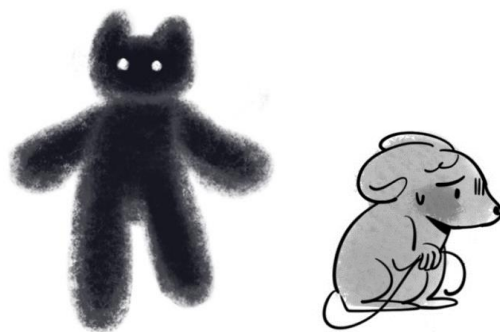
Dalam buku ini, peran warna hitam putih serta elemen seperti awan hitam/asap akan digunakan pada bagian prolog-pertengahan cerita, peran warna ini mengusulkan bahwa karakter/penderita mengalami pemikiran black and white thinking (splitting), yaitu dimana sang penderita hanya dapat melihat dunia dalam hitam putih. Efek dari pemikiran ini membuat penderita kesulitan dalam memandang aspek apapun dalam kehidupan, hal ini dapat membuat individu sangat menderita karena sulit memandang atau menyelesaikan suatu konflik dengan benar. Memasuki akhir cerita, penggunaan warna yang lebih banyak mulai diaplikasikan untuk menunjukkan bahwa si karakter/penderita mulai bangkit dan memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik untuk dirinya sendiri. Beberapa elemen tumbuhan seperti daun hijau, rumput, serta kupu-kupu menunjukkan adanya kebebasan yang dirasakan oleh si karakter.





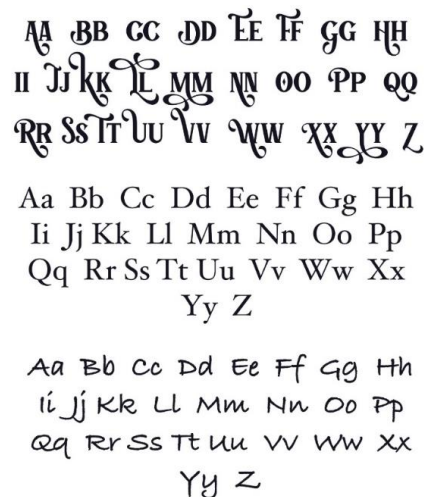
Gambar 1. Skema warna serta konsep elemen visual yang digunakan dalam perancangan
Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Penggunaan bahasa visual untuk karakter utama yang dipilih adalah kucing hitam dan tikus. Kucing hitam sering kali mendapat kesalahpahaman di masyarakat. Mereka sering dianggap sebagai makhluk mistis, pembawa sial, atau bahkan agresif. Sebagai hasilnya, keberadaan mereka sering tidak diinginkan, dan beberapa orang bahkan takut pada jenis kucing ini. Hal yang serupa terjadi pada penderita gangguan kepribadian ambang (BPD), terutama di media sosial. Banyak orang memberikan persepsi negatif tentang BPD tanpa memahami apa yang sebenarnya dialami oleh penderita dan alasan di balik perilaku mereka. Ini menghasilkan kepercayaan yang menyebabkan banyak orang ingin menjauhi atau tidak mau berinteraksi dengan penderita BPD dalam lingkungan sosial. Karakter tikus merupakan teman si karakter kucing hitam, meskipun kedua karkater ini sangat berlawanan namun hal ini ditujukan untuk memperlihatkan salah satu karakteristik dari BPD yang takut ditinggalkan sehingga merasa kesepian dan tidak diinginkan siapapun, dirinya tidak peduli siapapun itu asalkan mereka tidak meninggalkannya. Dua karakter ini akan memainkan peran penting dalam menunjukkan bagaimana sudut pandang permasalahan yang dihadapi dalam pertemanan atau lingkungan sosial.



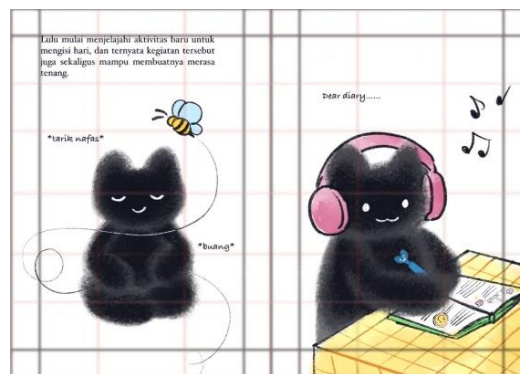
Gambar 2. Karakter yang digunakan dalam perancangan, kiri (Lulu) dan kanan (Mus)
Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Pemilihan jenis huruf untuk judul menggunakan gaya yang dekoratif untuk membuat buku lebih menonjol dan menarik perhatian serta memberikan kesan ilustratif pada buku meski mengambil topik yang kompleks. Sedangkan penggunaan typeface untuk narasi teks menggunakan jenis sans serif agar lebih nyaman dibaca. Adapula penggunaan jenis huruf tambahan untuk penulisan konteks spesifik di dalam buku. Kombinasi huruf-huruf ini diharapkan dapat meningkatkan pengalaman serta kenyamanan pembaca untuk meningkatkan daya tarik membaca dengan bantuan visual.



Gambar 3. Typeface yang digunakan dalam perancangan buku, urutan pertama judul (Tumbled), urutan kedua narasi teks (Hoefler Text) dan urutan ketiga konteks tambahan (Bradley Hand)
Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Layout yang digunakan pada perancangan ini menggunakan picture window dengan ilustrasi yang mendominasi halaman daripada narasi teks. Mengikuti konversi umum, pembacaan dari kiri ke kanan. Selain itu, digunakannya modular grid untuk mencapai ketepatan pemempatan desain dan kenyamanan pembaca dalam proses layouting untuk menjaga kerapihan desain dan meningkatkan kualitas pengalaman dalam membaca.



Gambar 4. Contoh pengaplikasian modular grid pada salah satu spread buku
Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

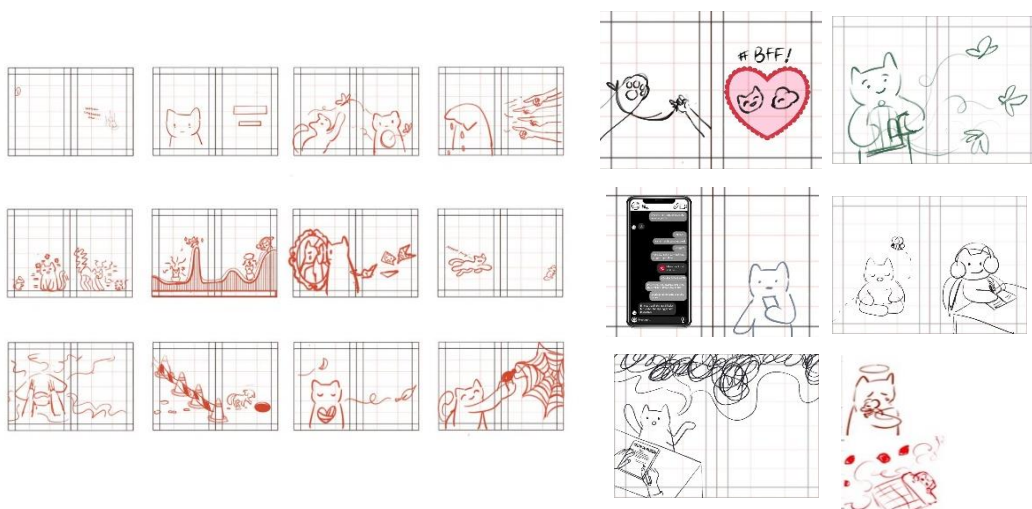
Pada tahapan selanjutnya merupakan tahapan explorasi desain karakter dan menentukan gaya ilustrasi, karakter yang digunakan dalam buku ini menggunakan gaya kartun untuk mengenalkan karakter serta alur cerita yang lebih baik dengan meminimalisir pembawaan cerita yang mengambil topik atau peristiwa yang cukup kompleks. Gaya gambar ini juga dimaksudkan untuk meningkatkan pengalaman yang lebih santai dan menyenangkan kepada target audiens.



Gambar 5. Studi karakter dan gaya ilustrasi yang digunakan

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Setelah tahap desain karakter selesai, langkah berikutnya adalah membuat sketsa untuk isi buku dari ide-ide yang sudah dikumpulkan. Pada bagian sketsa, ada beberapa pertimbangan dalam proses ini, seperti bentuk, warna dan juga gaya tarikan garis serta gaya pewarnaan yang digunakan untuk membedakan beberapa jenis material dan elemen dalam perancangan. Di bagian ini tidak semua proses sketsa per halaman dimasukkan, karena ada beberapa halaman yang berganti sketsa ataupun langsung masuk ke pewarnaan.



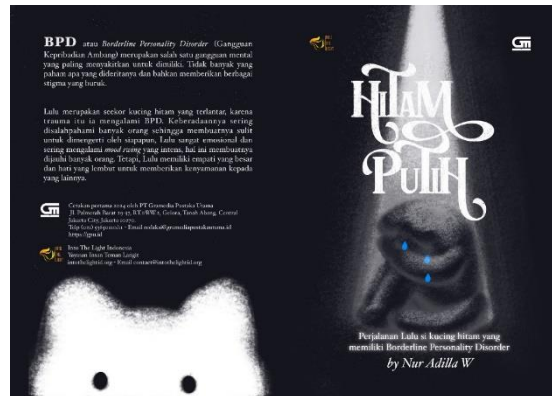
Gambar 6. Proses visual sketsa

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

3.4 Hasil Final Karya

Dalam perancangan buku cerita bergambar berjudul "Hitam Putih" ini terdapat dua media utama yaitu buku cerita bergambar dan media pendukung seperti journaling set yang berupa stiker. Buku ini berukuran A5 dengan ketebalan 0,5cm yang berjumlah total 44 halaman beserta pembuka dan penutup. Bahan cover menggunakan jenis softcover dengan ketebalan 300 gsm sedangkan untuk isi buku

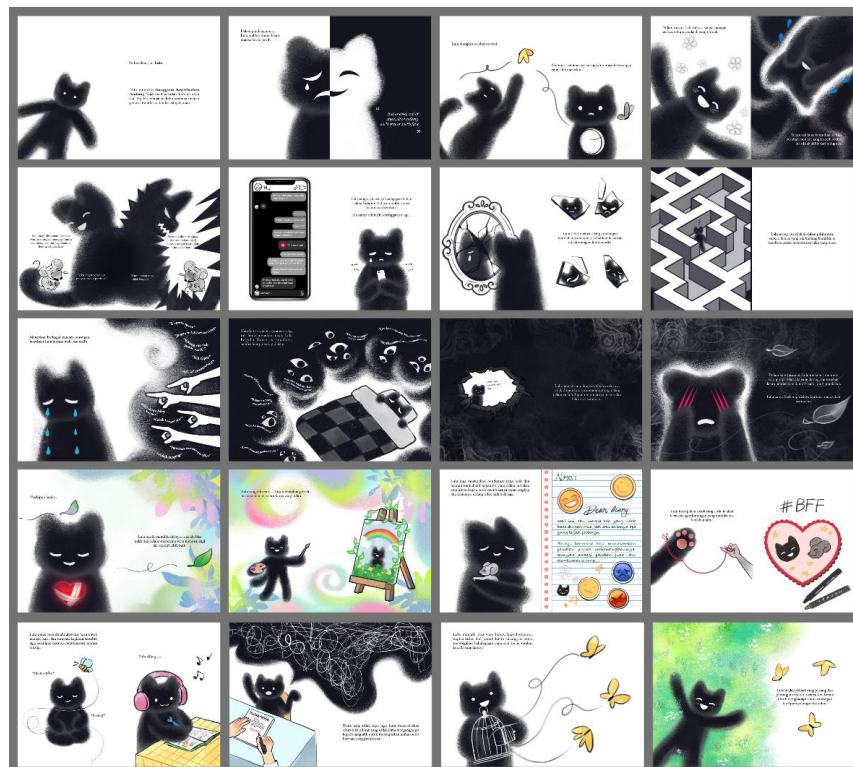
menggunakan ketebalan 150 gsm. Keseluruhan buku menggunakan bahan kertas berjenis artpaper yang di lapiasi dengan permukaan doff agar hasil akhir terlihat lebih berkualitas.



Gambar 7. Cover buku depan (kanan) dan belakang (kiri)

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Memasuki isi konten dalam buku, yaitu penggambaran peristiwa dari pengalaman narasumber maupun data dari studi literatur yang direferensikan untuk menghasilkan sebuah alur cerita. Buku ini menceritakan kehidupan si karakter utama yang bernama Lulu yang memiliki gangguan kepribadian ambang atau BPD. Lulu melewati harinya dengan penuh tantangan, dirinya terjebak dengan perasaan dan pikiran yang menghantuinya, hal itu juga berdampak bagaimana ia berperilaku dalam hubungan sosial. Meski sempat putus asa namun Lulu bisa bangkit dan menemukan cara untuk menjadi diri sendiri tanpa rasa bersalah, pada bagian ini juga ditunjukkan pesan-pesan penting yang diharapkan dapat menginspirasi melakukan kegiatan yang positif.



Gambar 8. Spread buku cerita

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Dalam perancangan ini juga dibuat media pendukung seperti sticker set untuk memotivasi kegiatan yang positif. Membuat jurnal merupakan salah satu kegiatan yang karakter lakukan dalam cerita untuk menenangkan diri. Sticker set ini bertujuan untuk memotivasi orang-orang untuk melakukan kegiatan positif yang dapat membantu menenangkan pikiran.



Gambar 9. Desain Merchandise

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

Setelah perancangan selesai, prototipe buku "Hitam Putih" siap untuk diuji kepada target audiens. Uji coba dilakukan terhadap seorang remaja berusia 16 tahun yang berada di tingkat SMA, target uji sudah pernah mendengar tentang BPD sebelumnya terutama di sosial media dan sering diperbincangkan terkait masalah dalam hubungan atau pertemanan. Menurutnya, setelah membaca buku ini target uji berkata dirinya menjadi semakin paham apa yang dirasakan penderita dan ternyata BPD tidak seburuk yang didengar di sosial media. Hasil menunjukkan bahwa audiens memberi respons yang positif terhadap buku cerita bergambar ini.



Gambar 10. Uji Coba Buku Cerita Bergambar

Sumber : Buku cerita bergambar "Hitam Putih"

4. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa peran edukasi sangat penting untuk membentuk kesadaran masyarakat, agar tidak terlalu membosankan, edukasi dengan menyangkut visual yang menarik dapat dijadikan sebagai sarana hiburan sekaligus sumber informasi yang baik. Penggabungan ilustrasi dan narasi untuk konteks yang kompleks akan membantu proses perancangan dan menarik lebih banyak pembaca.

Buku ini juga akan memaparkan kondisi ataupun berbagai situasi kompleks yang dibantu dengan visual sehingga lebih mudah dipahami. Diawali dengan menunjukkan kehidupan BPD dan bagaimana penderita menghadapi konflik di hidupnya sampai akhirnya menemukan cara untuk menjadi dirinya sendiri dengan lebih baik yang nantinya akan memberikan pesan-pesan tertentu untuk meningkatkan motivasi, kesadaran serta mengurangi stigma untuk kepedulian bersama. Perancangan buku selanjutnya diharapkan dapat melengkapi perancangan ini, seperti memberikan edukasi bagaimana cara mendukung seseorang yang memiliki BPD sebagai seorang teman atau keluarga.

5. Daftar Referensi

1. Putri AW, Wibhawa B, Gutama AS. Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2015 Oct;2(2):252-8.
2. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* [Internet]. 5th ed. 2013;5(5):663. Available from: <https://dsm.psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425596>.
3. Prasetyo EB. Peran ilustrasi visual dalam pembelajaran. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*. 2006 Oct 10;2(2).
4. Dam R, Siang T. What Is Design Thinking and Why Is It so Popular? 2021.
5. Mukhlisin A, Hidayat Pasaribu M. Analisis Swot dalam Membuat Keputusan dan Mengambil Kebijakan Yang Tepat. *Invention: Journal Research and Education Studies*. 2020 Oct 20;1(1):33-44.
6. Kulacaoglu F, Kose S. Borderline Personality Disorder (BPD): In the Midst of Vulnerability, Chaos, and Awe. *Brain Sciences* [Internet]. 2018;8(11):201. Available from: <https://www.mdpi.com/2076-3425/8/11/201/pdf>.
7. Goodman M, Tomas IA, Temes CM, Fitzmaurice GM, Aguirre BA, Zanarini MC. Suicide attempts and self-injurious behaviours in adolescent and adult patients with borderline personality disorder. *Personality and Mental Health*. 2017 May 22;11(3):157-63.
8. Okunade O. Living with borderline personality disorder. *BMJ: British Medical Journal* [Internet]. 2017;357. Available from: <https://www.jstor.org/stable/26940492>.
9. Knaak S, Szeto AC, Fitch K, Modgill G, Patten S. Stigma Towards Borderline Personality disorder: Effectiveness and Generalizability of an anti-stigma Program for Healthcare Providers Using a pre-post Randomized Design. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*. 2015 May 5;2(1).
10. Bethune S. Gen Z more likely to report mental health concerns. *American Psychological Association* [Internet]. 2019 Jan; Available from: <https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>.

11. Raiyn J. The Role of Visual Learning in Improving students' high-order Thinking Skills. *Journal of Education and Practice* [Internet]. 2016;7(24):115–21. Available from: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1112894.pdf>.
12. Gusti Ayu Putu Pradnya Paramita, Gede A, Bagus I. Buku Cerita Bergambar Guna Meningkatkan Keterampilan Membaca Muatan Pelajaran Bahasa Indonesia Siswa Kelas III SD. *Mimbar Ilmu* (Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Singaraja). 2022 Apr 25;27(1):11–9.