



Dua Kepribadian Rizky

SERI PENDIDIKAN
KESEHATAN

KOMIK
USIA +
10
LITERASI

Dipersembahkan oleh  pendidikan.id

KOMIK LITERASI

SEBUAH METODE PEMBELAJARAN TERBARU UNTUK
MENINGKATKAN MINAT BACA ANAK MENGGUNAKAN METODE DIGITAL
UNTUK SELURUH ANAK-ANAK DI INDONESIA GUNA MENDAPATKAN
BAHAN BACAAN YANG BAIK, MENDIDIK DAN GRATIS.

KOMIK PENDIDIKAN

KOMIK "**DUA KEPRIBADIAN RIZKY**" ADALAH KOMIK LITERASI
SERI PENDIDIKAN KESEHATAN YANG MENJELASKAN TENTANG
GANGGUAN KEJIWAAN BIPOLAR DISORDER, DI MANA SUASANA HATI
PENDERITA AKAN BERUBAH-UBAH SECARA EKSTREM PADA
POLA WAKTU TERTENTU. SELAIN ITU, KOMIK INI JUGA
DILENGKAPI DENGAN GAMBAR YANG MENARIK SEHINGGA
MENJADI METODE TERBARU MELATIH ANAK SENANG MEMBACA.

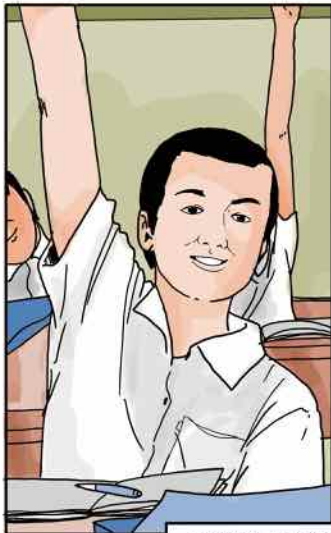
SILAHKAN SEBARKAN KOMIK LITERASI INI KEPADA
TEMAN, SANAK KELUARGA DAN SIAPAPUN AGAR
SEMUA ANAK BANGSA DAPAT MEMANFAATKAN
KOMIK INI DENGAN SEBAIK-BAIKNYA.

SEMANGAT LITERASI MENUJU INDONESIA HEBAT PADA INDONESIA EMAS 2045



UNTUK MENDAPATKAN
KOMIK PENDIDIKAN LAINNYA,
SILAHKAN KUNJUNGI
KOMIK.PENDIDIKAN.ID





RIZKI IALAH ANAK YANG PANDAI DAN SELALU CERIA.





MESKI SUDAH MENDAPATKAN
PREDIKAT JUARA KELAS,
NAMUN AYAHNYA
MASIH TERUS SAJA
MENUNTUT RIZKY UNTUK
MENJADI LEBIH BAIK LAGI.



HAL ITU MEMBUAT RIZKY
SERINGKALI MURLING,
SEOLAH IA MEMILIKI BEBAN
YANG SANGAT BERAT.



RIZKY,
KEMARILAH...

YA, AYAH??

INGAT YA,
KAMU ADALAH
ANAK AYAH DAN IBU
SATU-SATUNYA.
KEBANGGAAN KAMI
ADA DI PUNDAKMU.
KARENA ITU KAMU HARUS TERUS
MENJADI JUARA KELAS,
JANGAN MAU
TERKALAHKAN.

KAMU JUGA HARUS
BERPERILAKU BAIK,
SOPAN DAN BERTATA KRAMA.
JANGAN PERNAH SEKALIPUN
MEMBUAT NAMA AYAH DAN IBU
JELEK KARENA TINGKAH
LAKUMU.





SUATU HARI

RIZKY,
APA BESOK ADA
ULANGAN?

LHO,
TERUS KENAPA KAMU
MAKAN DENGAN
SANTAI?

ADA YAH,
ULANGAN
MATEMATIKA.

CEPAT
HABISKAN MAKANMU
SEKARANG,
LALU PERGI
BELAJAR!!

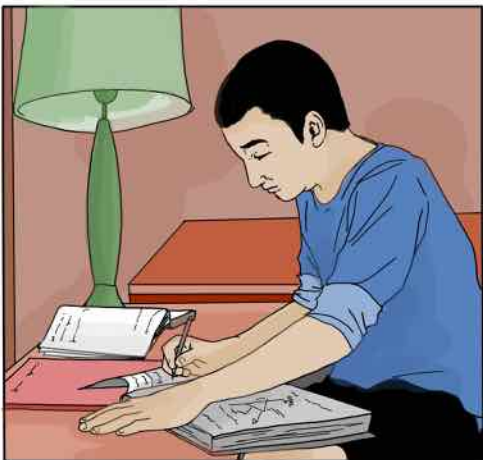
BAIK, YAH.
INI SUAPAN TERAKHIR.

CEPAT..

SETELAH MAKANANNYA HABIS,
RIZKY LANGSUNG MENUJU KAMARNYA.



BESOK
AKU HARUS
MENDAPATKAN
NILAI 10!!!



TEKANAN DARI AYAHNYA
SERINGKALI JUSTRU MEMBUATNYA
TIDAK BISA KONSENTRASI.



AHRGHHH,
KENAPA AKU
TIDAK BISA-BISA
SIHH!



AHH,
SUDAPLAHH!
AKU BELAJAR
BESOK PAGI SAJA
SAAT DI KELAS!



KEESOKAN HARINYA...



RIZKY TIDAK DAPAT MENERJAKAN ULANGANNYA DENGAN BAIK. PIKIRANNYA DIHANTUI KECEMASAN JIKA MENDAPAT NILAI JELEK. HAL INI MALAH MEMBUATNYA BLANK SAAT ULANGAN MATEMATIKA.



SATU MINGGU KEMUDIAN...



RIZKY,
APA NILAI ULANGAN MATEMATIKAMU
SUDAH DIBAGIKAN?



EHMM...

JANGAN BERBOHONG.







BEGITULAH HARI-HARI RIZKY JIKA IA MENDAPAT NILAI JELEK ATAU BERBUAT NAKAL. TIDAK JARANG PULA IA MENDAPATKAN TAMPARAN, PUKULAN DAN SABETAN IKAT PINGGANG.

HAL INI MEMBUATNYA TRAUMA DAN DEPRESI, NAMUN BARU TERLIHAT SAAT IA MENGINJAK BANGKUN SMA.



RIZKY MENJADI MUDAH MARAH DAN TERSINGGUNG...



KADANG SEDIH HINGGA MENANGIS TERSEDU-SEDU WALAU TIDAK ADA ALASAN UNTUK BERSEDIH.



KADANG GEMBIRA YANG BERLEBIHAN, WALAU TIDAK ADA SESUATU YANG MENGGEMBIRAKAN.



SIKAPNYA YANG TIDAK MENENTU INI MEMBUAT RIZKY TAK PUNYA TEMAN.
BANYAK ANAK YANG MALAS MENGHADAPI SIKAP ANEHNYA.

LIHAT TUH,
SI ANEH SEDANG MENANGIS
SENDIRI DI KELAS!

IYA,
ANEH SEKALI DIA...

SUATU HARI, BU MARNI
SANG GURU BP SEDANG DI KANTIN

SELAMAT PAGI, BU!!

LHO,
BEBERAPA HARI YANG LALU
DIA SELALU MURLUNG,
SEPERTI ORANG YANG SEDANG
MENANGGUNG BEBAN SANGAT BERAT.
TAPI HARI INI DIA BAHAGIA?

IA MELIHAT TINGKAH RIZKY
YANG SANGAT GEMBIRA DAN ENERJIK

BEBERAPA HARI KEMUDIAN...

SELAMAT PAGI,
ANAK-ANAK...

PERGILAH!
JANGAN GANGGU AKU LAGI!
AKU TAK MENYUKAIMU!!!

RIZKY BERHENTI MARAH, LALU MENANGIS TERSEDU-SEDU



ADA APA INI?

TADI
YUDHA TIDAK SENGAJA
MENGINJAK KAKI RIZKY, BU.
YUDHA SUDAH MINTA MAAF,
TAPI RIZKY MALAH
MEMARAH-MARAH
YUDHA.



HMM...
SUDAH, SUDAH.
AYO SEMUA KEMBALI
KE TEMPAT DUDUK
MADING-MADING!



RIZKY,
AYO IKUT IBU
KE RUANG GURU...





RIZKY,
BUKANKAH YUDHA
HANYA TIDAK SENGAJA
MENGINJAK KAKIMU?
DIA JUGA SUDAH
MINTA MAAF.
KENAPA KAMU
MASIH MARAH?

TIDAK TAHU,
BU.
POKOKNYA
SAYA SANGAT
MARAH.

LALU KENAPA
MENANGIS
TERSEDU-SEDU?

SAYA JUGA TIDAK TAHU,
BU. POKOKNYA SAYA
SANGAT SEDIH.

LHO, KOK TIDAK TAHU?



SAYA KETAKUTAN DAN SEDIH,
KARENA SAYA ORANG YANG TIDAK BERGUNA.
SAAT YUDHA MENGGANGGU,
SAYA MERASA YUDHA JUGA MEMBENCI SAYA.
AKHIRNYA SAYA SANGAT MARAH,
TAKUT YUDHA AKAN MELUKAI SAYA
LEBIH BANYAK LAGI.



MEMANGNYA
SIAPA YANG BILANG
KAMU TIDAK
BERGUNA?



SAYA SENDIRI, BU.
SAYA SELALU MELAKUKAN KESALAHAN
DAN MEMBUAT AYAH MARAH,
PADAHAL SAYA SUDAH BERUSAHA
TIDAK MELAKUKAN KESALAHAN.
ITU ARTINYA, SAYA
BENAR-BENAR
BODOH.



TIDAK MALU MENGAMBIL RISIKO LEBIH BESAR, MEREKA PUN MEMBAWA RIZKY KE PSIKIATER. RIZKY MENYAMPAIKAN SEMUA PERASAAN DAN LINEG-UNEGNYA SELAMA INI KEPADA PSIKIATER.







RIZKY MENJALANI PENGOBATANNYA. IA RUTIN MEMINUM OBAT, MELAKUKAN TERAPI DAN MENERAPKAN GAYA HIDUP SEHAT. PELAN-PELAN, IA MULAI DAPAT MENGENDALIKAN SUASANA HATINYA.

SAAT SUASANA HATINYA MELUAP, IA BERUSAHA UNTUK MENGONTROL DIRI DAN PIKIRANNYA SENDIRI AGAR TAK SEMAKIN BERLEBIHAN.



GANGGUAN KEJIWAAN BIPOLAR DISORDER MERUPAKAN KONDISI PENDERITA MEMILIKI PERUBAHAN SUASANA HATI YANG EKSTREM. SUASANA HATI ANTARA BAHAGIA DAN SEDIH AKAN BERUBAH-UBAH SECARA TIBA-TIBA DENGAN POLA WAKTU TERTENTU. JIKA SAAT PENDERITA MENGALAMI BAHAGIA YANG SANGAT BERLEBIHAN (**FASE MANIK**), MAKA PADA POLA WAKTU TERTENTU AKAN BERUBAH DRASTIS MENJADI SEDIH YANG SANGAT BERLEBIHAN PULA (**FASE DEPRESI**).

SESEORANG YANG MENDERITA BIPOLAR DISORDER MENGALAMI **KETIDAKSEIMBANGAN IMPULS LISTRIK ATAU CAIRAN KIMIA DALAM OTAK**. HAL INILAH YANG MENYEBABKAN SUASANA HATI ORANG ITU TERGANGGU DAN SELALU BERUBAH-UBAH SECARA EKSTREM.



OLEH KARENA ITU, SI PENDERITA PENYAKIT BIPOLAR MEMBUTUHKAN **TERAPI PSIKIS DAN OBAT** UNTUK MENSTABILKAN KESEIMBANGAN CAIRAN KIMIA DALAM OTAKNYA. PENGOBATAN TERSEBUT DAPAT MENURUNKAN FREKUENSI TERJADINYA PERUBAHAN DRASTIS ANTARA MANIK DAN DEPRESI.





TERDAPAT DUA FASE DALAM GANGGUAN BIPOLAR, YAITU FASE MANIK DAN FASE DEPRESI.

PADA **FASE MANIK**, PENDERITA SANGAT SENANG, BERSEMANGAT DAN ENERJIK, HINGGA INGIN MELAKUKAN BANYAK AKTIVITAS SEKALIGUS TANPA BERPIKIR PANJANG. SEDANGKAN PADA **FASE DEPRESI**, PENDERITA SANGAT SEDIH, LESU, TIDAK MINAT UNTUK BERAKTIVITAS, BERPIKIR NEGATIF TERHADAP DIRI SENDIRI HINGGA MENARIK DIRI DARI LINGKUNGAN.

PERUBAHAN/PERPUTARAN FASE DALAM DIRI PENDERITA GANGGUAN BIPOLAR BERBEDA-BEDA ANTARA SATU ORANG DENGAN LAINNYA. UMUMNYA, TIAP FASE AKAN BERLANGSUNG SELAMA DUA MINGGU ATAU LEBIH. ADA KALANYA JUGA PENDERITA AKAN MENGALAMI **FASE CAMPURAN**, YAKNI FASE MANIK DAN FASE DEPRESI SECARA BERSAMAAN. MISALNYA KETIKA PENDERITA MERASA SANGAT BERENERJIK, NAMUN DI SAAT BERSAMAAN MERASA SANGAT SEDIH DAN PUTUS ASA JUGA.

BEBERAPA FAKTOR YANG DIDUGA BISA MENINGKATKAN RISIKO SESEORANG TERKENA BIPOLAR DISORDER :

- MENGALAMI STRES TINGKAT TINGGI,
- MEMILIKI PENGALAMAN TRAUMATIK,
- KECANDUAN MINUMAN BERALKOHOL ATAU OBAT-OBATAN TERLARANG,
- MEMILIKI RIWAYAT KELUARGA DEKAT (SAUDARA KANDUNG ATAU ORANG TUA) YANG MENDERITA GANGGUAN BIPOLAR.





BANYAK ORANG YANG TIDAK MENYADARI ATAU MALU UNTUK BERTERUS-TERANG BAHWA DIRINYA MENDERITA **BIPOLAR DISORDER**.

NAH JIKA TEMAN-TEMAN ADALAH SALAH SATU PENDERITA BIPOLAR DISORDER, KINI JANGAN MENYERAH YA!

BIPOLAR DISORDER DAPAT DISEMBUHKAN DENGAN TERAPI PSIKOLOGI DAN OBAT-OBATAN, YANG PENTING KALIAN MAU TERUS UNTUK BERJUANG DEMI KESEMBUHAN!



Komik *"Dua Kepribadian Rizky"* merupakan komik literasi seri pendidikan kesehatan yang diterbitkan oleh Pendidikan.id dan dikelola oleh guru-guru yang berpengalaman di bidangnya. Komik Pendidikan ini menjelaskan tentang gangguan kejiwaan bipolar disorder, di mana penderita memiliki perubahan suasana hati yang ekstrem. Suasana hati antara bahagia dan sedih akan berubah-ubah secara tiba-tiba dengan pola waktu tertentu. Ekspresi gembira dan sedihnya pun berlebihan.

Komik Pendidikan *"Dua Kepribadian Rizky"* ditujukan untuk anak-anak Indonesia usia 10+ tahun. Komik literasi ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai salah satu gangguan mental Bipolar Disorder, di mana masih banyak orang yang malu atau bahkan tidak tahu bahwa mereka menderita penyakit ini.

Hak Cipta dilindungi :

Komik ini dapat dipergunakan untuk tujuan pendidikan dasar dan kegiatan nirlaba tanpa meminta ijin dari pemilik hak cipta dengan ketentuan mencantumkan nama sumber. Penggunaan komik *"Dua Kepribadian Rizky"* untuk tujuan komersial harus mendapatkan ijin tertulis dari Pendidikan.id. Untuk informasi lebih lanjut, kunjungi website kami di www.pendidikan.id

- Ide cerita & Editor: Team Pendidikan.id
- Ilustrasi cerita: Irfin Adi Wijanarko
- Sampul: Ni.MeliA
- Diterbitkan: Juli 2018