

Unsur Desain Bentuk dalam Memaksimalkan Fungsi Perhiasan Fidget Wanita untuk Kecemasan

Cynthia Melinda^{1*}, Wyna Herdiana²

^{1,2} Program Studi Desain Manajemen Produk, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Surabaya, Indonesia

Email: flocynmel@gmail.com*

*Corresponding author

ABSTRAK

Perasaan cemas sebenarnya adalah reaksi alami tubuh yang dapat membuat kita menjadi berhati-hati atau waspada. Meskipun demikian, kecemasan yang berlebihan menjadi tidak sehat hingga sulit dikontrol, bahkan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Resiko gangguan kecemasan yang dihadapi perempuan meningkat oleh karena beberapa faktor utama, antara lain faktor perkembangan, sosial, dan reproduksi. Reaksi atau gejala kecemasan yang paling sering muncul akan membuat individu tidak mampu bersikap atau bahkan beristirahat dengan tenang. Hal ini disebabkan oleh ketegangan motorik sehingga anggota tubuh tertentu pada individu tidak bisa diam yang akhirnya berujung pada aktivitas *fidgeting*. Penelitian dilakukan untuk mencari unsur desain berupa bentuk yang sesuai untuk perancangan perhiasan *fidget* wanita agar penyaluran gejala kecemasan dapat berguna untuk mengurangi keluhan dari kecemasan khususnya pada wanita. Hasil penelitian berdasarkan metode observasi berupa dokumentasi aktivitas *fidgeting* oleh wanita yang akan menunjukkan aktivitas yang umumnya dilakukan saat merasa cemas atau gugup seperti mengelus kuku, memainkan ornamen pakaian, dan lain-lain. Hasil dari observasi akan menghasilkan bentuk stilasi yang dapat menjadi pedoman dalam desain untuk perancangan perhiasan *fidget* wanita. Perlu ditinjau kembali apakah bentuk dari stilasi yang didapat, lebih membantu meringankan gejala kecemasan, yaitu *fidgeting* dengan melakukan *product testing*.

Kata Kunci: Bentuk, *fidgeting*, kecemasan, wanita

Article history

Received:

05 October 2023

Revised:

27 October 2023

Accepted:

28 October 2023

Published:

30 November 2023

Citation (IEEE Style): C. Melinda, W. Herdiana, "Unsur Desain Bentuk dalam Memaksimalkan Fungsi Perhiasan Fidget Wanita untuk Kecemasan," MERAKI: Journal of Creative Industries, vol. 01, no. 1, pp. 23-31, Nov. 2023.

PENDAHULUAN

Kumpulan hasil survei dari populasi umum menunjukkan bahwa masing-masing jenis gangguan kecemasan yang dikategorikan pada DSM (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) IV, lebih banyak dihadapi oleh perempuan [2]. Perempuan hingga dua kali memiliki kemungkinan mengidap gangguan kecemasan termasuk *panic disorder*, agorafobia, PTSD, GAD, *social anxiety disorder*, dan OCD [1]. Penyelidikan pada pelajar usia 11-23 tahun menghasilkan temuan bahwa sebagian besar gejala kecemasan mengalami peningkatan tinggi pada perempuan lebih awal atau cepat dibanding dengan laki-laki [3]. Sejak pandemi *COVID-19*, studi oleh *World Health Organization* (WHO) menghasilkan tingkat kecemasan dan depresi yang bertambah hingga 25% dari populasi umum. Sehingga bertambah pula tingkat stres dan kecemasan oleh perempuan dikarenakan sensitivitas mereka pada tekanan dan pengalaman

traumatis yang lebih tinggi daripada pria [4]. Perempuan pada masa reproduktif, juga pada masa kehamilan dan melahirkan, dapat menambah atau memperburuk gejala dan dampak dari kecemasan [5].

Bagi orang yang mengalami kecemasan, banyak dari mereka yang merasa teringankan gejalanya melalui *fidgiting* [6]. Hal ini merupakan salah satu jenis teknik *grounding* yang ditinjau, dimana individu yang sedang di tengah kecemasan akan memanfaatkan 5 indra dan/atau suatu objek yang dapat disentuh untuk memfokuskan pikiran. Gestur tubuh yang berupa *self-adaptor* adalah gerakan yang dapat menghibur atau menenangkan diri, misalnya sentuhan pada bagian tubuh dan memiliki gerakan dinamis ataupun statis [7]. *Fidgiting* masuk dalam kategori *self-adaptor* dimana individu melakukan tindakan-tindakan kecil yang menandakan kegelisahan seperti bermain dengan jari, rambut, atau sebuah objek [8]. Pada kasus kecemasan dan depresi, selalu ditemukan tanda-tanda atau mempengaruhi tingkah laku dari *fidgiting* [9]. Orang-orang yang gelisah dan melakukan *fidgiting* memiliki kebutuhan akan stimulasi sensorik, hal ini dapat berarti keinginan untuk melepaskan atau menyalurkan energi, stres, dan perasaan cemas yang berlebihan [10].

Selain dari kecemasan saja, Guha melanjutkan bahwa perilaku *fidgiting* memiliki hipotesis sebagai cara atau mekanisme untuk menyeimbangkan stimulasi otak yang kurang (*under-stimulated*) [10]. *Under-stimulated* atau *under-stimulation* mengarah pada keadaan dimana otak menerima masukan sensorik lebih rendah dari batasan normal, masukan sensorik ini umumnya adalah faktor eksternal yang melibatkan fokus individu. Ketika seseorang mengalami *under-stimulation*, ia akan mengalami kebosanan dan melamun [11]. Individu yang sering merasa bosan, rentan terhadap gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi [12]. Maka dari itu, ketika merasa *under-stimulated*, dapat dilakukan suatu aktivitas yang dapat memfokuskan pikiran dan dapat melepaskan energi, salah satunya yang paling mudah adalah dengan melakukan *fidgiting* [13].

Bentuk adalah salah satu pondasi dari seni dan krusial untuk membuat sebuah desain menarik [14]. Dengan peran penting ini, bentuk menjadi elemen visual yang pertama kali dilihat oleh mata manusia sebelum memperhatikan detail lain atau semantiknya [15]. Henderson (2021) menambahkan juga mengenai pemahaman konsep bentuk dan cara bekerjanya dapat membantu menghindari terciptanya karya yang tidak diinginkan. Terdapat 2 jenis bentuk, bentuk geometris yang teratur dan banyak ditemukan dalam arsitektur, serta bentuk organis yang tidak teratur dan banyak ditemukan di alam [16]. 3 bentuk geometris utama meliputi persegi yang memiliki persepsi dengan kata kunci stabilitas; keseimbangan; maskulin, segitiga memiliki kata kunci energi; agresi; ketegangan, dan lingkaran dengan persepsi masa muda; keanggunan; feminin; kenyamanan [17]. Sebuah analisis desain kursi dengan bentuk organis, menemukan bahwa bentuk yang diaplikasikan membentuk konsep-konsep, antara lain perasaan di luar ruangan yang natural, perasaan familiar akan manusia dan alam, keanggunan, memperindah "kota", hingga perasaan mengenai estetika [18]. Bentuk organis sendiri dapat dijelaskan sebagai bentuk yang dihasilkan terinspirasi dari bentuk alami dari alam. Rekreasi bentuk alam akan menghasilkan bentuk geometri yang tidak biasa atau tidak teratur [19]. Salah satu contoh bentuk organis pada produk yang banyak ditemukan adalah piring berbentuk dan berwarna seperti daun.

Dalam mendesain perhiasan, tidak hanya jenis batu yang paling penting untuk dipikirkan, namun bentuk sangat perlu ditentukan terlebih dahulu. Karena itu, sangat penting dan lebih baik jika rancangan perhiasan dikhususkan pada target pengguna tertentu dengan jelas [20]. Perhiasan dengan konsep *fidget* memberikan rangsangan sensorik dengan tujuan untuk menenangkan, menghibur, serta memfokuskan penggunaannya saat mengalami rasa cemas [6]. Alexandra Connell, pemilik gelar Master pada studi disabilitas di *Columbia University Teachers College*, mengenalkan sederet perhiasan dengan manik geser dan ditujukan bagi mereka yang mengidap ADHD dan kecemasan. Perhiasan-perhiasan tersebut sebagai media

fidget yang cantik dan dapat diterima secara sosial, sehingga estetikanya lebih menjadi fokus daripada perilaku *fidgetnya* [21]. Nourbanu Feras Hijazi dalam tesis berjudul ANXIOUS?: Re-designing Women's Jewelry to Help Manage Symptoms of Anxiety Disorders juga telah membuat solusi desain perhiasan yang menyerupai pelindung jari dengan tekstur serta anting dengan penambahan material bertekstur seperti rambut untuk mengatasi gejala kecemasan, khususnya *Dermatillomania* (perilaku mencabuti atau merobek kulit) dan *Trichotillomania* (perilaku menarik atau bahkan mencabuti rambut dari kepala atau alis) [22].

Paparan diatas menunjukkan bahwa perasaan cemas yang berlebih hingga kecemasan yang menimbulkan gejala seperti *fidgeting* banyak dialami oleh wanita. Memanfaatkan produk perhiasan yang umum digunakan wanita untuk mempercantik penampilan diri, perhiasan dengan konsep *fidget* dapat menjadi solusi baru yang perlu banyak perhatian dalam mengurangi permasalahan ini. Salah satu poin penting dalam merealisasikan konsep perhiasan ini melalui langkah awal mendesain yaitu penentuan bentuk yang sesuai.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif. Penelitian kualitatif memiliki area sempit, rendah variasinya, tapi justru tidak terbatas pembahasannya. Pembahasan ini akan berbentuk kata-kata yang memiliki dasar usaha untuk mendapat pengetahuan baru atau bahkan penemuan yang belum ditemukan dari teori-teori yang pernah ada [23]. Dengan metode ini, peneliti dapat memperdalam observasi menjadi fakta dan masalah yang tidak hanya terlihat di permukaan [24].

Penelitian dilakukan dengan studi aktivitas berupa observasi aktivitas *fidgeting* terhadap wanita berusia 20-40 tahun. Observasi dilakukan baik secara langsung di area Surabaya dan secara digital lewat film, film *series*, program *reality show*, juga konten *vlog* dan *interview* selebritas pada situs *Youtube*. Observasi secara langsung dilakukan di 2 tempat yaitu *Golden City Mall* di Jl. KH Abdul Wahab Siamin Surabaya no. 2-8 dan Universitas Surabaya di Jl. Raya Kali Rungkut Surabaya. Situasi khusus yang menjadi penyebab dari munculnya aktivitas *fidgeting* pada wanita di *Golden City Mall* adalah ketika mempersiapkan diri untuk melalui beberapa tes untuk memperpanjang SIM (Surat Izin Mengemudi). Situasi yang menjadi penyebab munculnya *fidgeting* pada wanita di Universitas Surabaya adalah ketika mempersiapkan diri sebelum melakukan bimbingan atau asistensi dengan dosen mengenai tugas akhir. Observasi digital pada karakter wanita dalam bermacam situasi yang menimbulkan gejala cemas yang sama yaitu *fidgeting*.

Aktivitas *fidgeting* yang dicari adalah *fidgeting* yang memang merupakan gejala yang muncul ketika individu tersebut merasa cemas, gugup, atau sedang sibuk melakukan pekerjaan atau terlihat sibuk memikirkan sesuatu hingga tidak berfokus pada sekitarnya. Kemungkinan penyebab munculnya gejala *fidgeting* ketika akan melalui proses perpanjangan SIM adalah karena harus menjalani tes penglihatan dan psikotes. Penyebab lain yang mungkin dapat menambah sebab *fidgeting* pada wanita adalah pengukuran berat badan dan pengambilan foto untuk keperluan SIM. Penyebab *fidgeting* di area kampus Universitas Surabaya terkait dengan persiapan untuk menyelesaikan tugas akhir yang bisa terdiri dari tekanan ketika akan melakukan bimbingan dengan dosen, memikirkan persiapan pembuatan produk, perasaan cemas akan persiapan pameran produk tugas akhir, ataupun tekanan dari faktor eksternal lainnya. Situasi yang menimbulkan *fidgeting* berdasarkan observasi digital mulai dari adegan film yang menunjukkan perasaan gugup ketika berbicara dengan orang lain hingga pemeran atau selebritas sedang membicarakan masalah hidupnya.

HASIL DAN DISKUSI

Berikut adalah hasil dan diskusi yang terpapar pada Tabel 1:

Tabel 1. Hasil Dokumentasi Observasi

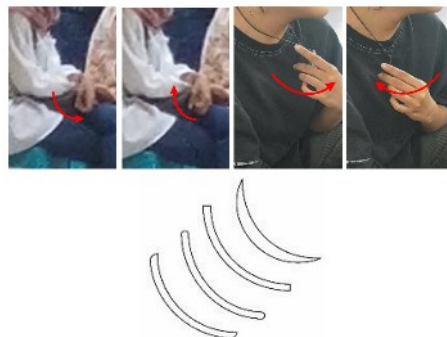
| Dokumentasi | Keterangan | Media Fidget |
|--|---|---|
|  <p>Gambar 1. Perilaku <i>Fidgeting</i> di Universitas Surabaya, Sumber : Dokumentasi Penulis, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> didunia nyata, dimana salah satu tangan mengelus bandul kalung arah atas-bawah dan memutar dengan jari jempol dan telunjuk.</p> | <p>Kalung</p> |
|  <p>Gambar 2. Perilaku <i>Fidgeting</i> di Golden City Mall, Sumber : Dokumentasi Penulis, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> didunia nyata, dimana jempol tangan kiri mengusap-usap sisi samping jari telunjuk pada tangan yang sama dengan arah memutar.</p> | <p>Jari</p> |
|  <p>Gambar 3. Perilaku <i>Fidgeting</i> di Universitas Surabaya, Sumber : Dokumentasi Penulis, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> didunia nyata, dimana salah satu tangan memelintir kalung yang dekat dengan bandul, lalu menggeser-geser bandul arah kanan-kiri.</p> | <p>Kalung</p> |
|  <p>Gambar 4. Perilaku <i>Fidgeting</i> dari Adegan Film, Sumber : https://youtu.be/YhNQCKaPrbk, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> dari sumber digital, dimana kedua tangan mengelus hiasan pada pakaian yang menjuntai dengan arah dari atas ke bawah.</p> | <p>Hiasan tali pakaian yang menjuntai</p> |
|  <p>Gambar 5. Perilaku <i>Fidgeting</i> dari Wawancara Selebritas, Sumber : https://youtu.be/bltn6yV8Gow, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> dari sumber digital, dimana tangan kanan memainkan cincin pada jari telunjuk tangan kiri dengan gerakan memutar cincin dan setengah melepas-pasang cincin.</p> | <p>Cincin</p> |
|  <p>Gambar 6. Perilaku <i>Fidgeting</i> dari Wawancara Selebritas, Sumber : https://youtu.be/bltn6yV8Gow, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> dari sumber digital, dimana tangan kiri memainkan jempol tangan kanan dengan menggaruk kulit sekitar kuku dan menekan-nekan ujung jari.</p> | <p>Jari tangan.</p> |

| | | | |
|---|--|--|----------------|
|  | <p>Gambar 7. Perilaku <i>Fidgeting</i> oleh Youtuber, Sumber : https://youtu.be/UFVEhyKuVMI, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> dari sumber digital, dimana salah satu tangan kerap mengelus rambut dengan arah dari atas ke bawah menggunakan 4-5 jari tangan.</p> | <p>Rambut.</p> |
|  | <p>Gambar 8. Perilaku <i>Fidgeting</i> dari Reality Show, Sumber : https://www.hotstar.com/id/tv/the-kardashians/1260097206, 2023</p> | <p>Perilaku <i>fidgeting</i> dai sumber digital, dimana jari tangan kiri memainkan cincin pada telunjuk tangan kanan dengan gerakan memutar cincin.</p> | <p>Cincin.</p> |



Gambar 9. Arah Gerakan *Fidgeting* Atas-Bawah (Atas dan Kiri Bawah) dan Hasil Stilasi Bentuk (Kanan Bawah), Sumber : Data Pribadi, 2023

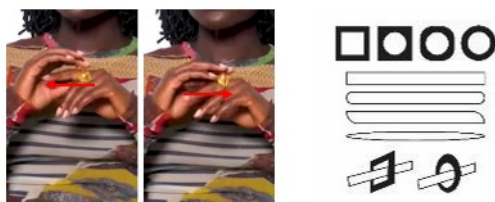
Perilaku *fidgeting* dengan arah gerakan tangan ke atas-bawah atau sebaliknya mengikuti media *fidget* dengan bentuk memanjang vertikal. Sehingga desain bentuk yang cocok untuk *fidgeting* yang pertama adalah bentuk yang memanjang vertikal seperti persegi panjang, elips tipis, hingga bentuk yang bergelombang menjuntai. Bentuk memanjang seperti ini diharapkan dapat memberi kenyamanan dan kepuasan ketika melakukan *fidgeting* dengan mengelus atau menarik-narik media *fidget*, terutama yang berupa perhiasan.



Gambar 10. Arah Gerakan *Fidgeting* Melengkung (Atas) dan Hasil Stilasi Bentuk (Bawah), Sumber : Data Pribadi, 2023

Perilaku *fidgeting* dengan arah melengkung kanan-kiri atau sebaliknya mengikuti media *fidget* yang juga memiliki garis atau bentuk melengkung. Mengikuti gerakan ini, maka bentuk

yang dapat diaplikasikan pada media *fidget*, terutama perhiasan adalah bentuk yang melengkung baik yang ujungnya tumpul persegi, tumpul melengkung, atau yang lancip seperti bulan sabit. Bentuk ini diharapkan dapat menunjang kenyamanan dan kepuasan pelaku *fidgeting* untuk menggerakkan media *fidget* dengan tangan mereka mengikuti lengkungan, bisa dengan cara mengelus, menggaruk, atau menarik-narik.



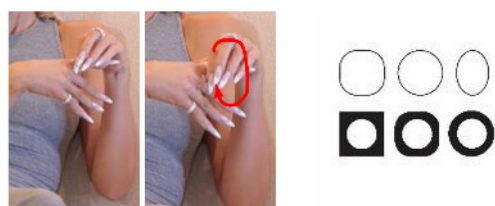
Gambar 11. Arah Gerakan *Fidgeting* Kanan-Kiri Mengelilingi Jari (Kiri) dan Hasil Stilasi Bentuk (Kanan), Sumber : Data Pribadi, 2023

Perilaku *fidgeting* selanjutnya meliputi benda yang mengelilingi jari dan digerakkan dengan arah kanan-kiri atau sebaliknya dengan jari-jari tangan lainnya. Berdasarkan 2 hal ini, bentuk-bentuk yang mendukung desain perhiasan *fidget* adalah bentuk yang memiliki lubang dan bentuk yang memanjang horizontal. Bentuk ini akan memberikan kebebasan pada pengguna untuk menggerakkan media *fidget* searah dengan bentuk memanjang sambil memegang, mengelus, atau menarik-narik bentuk yang berlubang sebagai jalan masuknya.



Gambar 12. Arah Gerakan *Fidgeting* Melengkung di Ujung (Kiri) dan Hasil Stilasi Bentuk (Kanan), Sumber : Data Pribadi, 2023

Perilaku *fidgeting* satu ini lebih khusus dengan memegang ujung suatu media *fidget*, lalu menggerakkannya ke atas-bawah atau sebaliknya dengan arah melengkung. Maka, bentuk selanjutnya yang dapat lebih berguna pada desain perhiasan *fidget* adalah bentuk yang memiliki ujung, baik yang tumpul maupun lancip. Mengikuti arah atas-bawah melengkung, bentuk yang melengkung memanjang juga menjadi bentuk yang membantu memaksimalkan arah gerakan *fidget* pelaku atau pengguna.



Gambar 13. Arah Gerakan *Fidgeting* Memutar (Kiri) dan Hasil Stilasi Bentuk (Kanan), Sumber : Data Pribadi, 2023

Perilaku *fidgeting* yang terakhir memiliki kecenderungan pada bentuk yang melingkar. Pergerakan dengan media *fidget* yang mengelilingi jari, lalu diputar ke segala arah. Maka, unsur

bentuk yang dapat ditambahkan pada desain perhiasan *fidget* adalah bentuk lingkaran atau bentuk yang memiliki lubang melingkar. Bentuk melingkar seperti contoh stilasi di atas akan memaksimalkan pergerakan pelaku *fidgeting* untuk memutar, mengelus, bahkan menarik-narik media *fidget* yaitu perhiasan.

Selain dari unsur bentuk yang sudah dibahas sebagai pondasi tujuan dan solusi permasalahan, untuk melengkapi kesesuaian bentuk dan didasari oleh teori persepsi dan analisis konsep bentuk geometris dan organis sebelumnya, maka unsur desain bentuk yang baik untuk diaplikasikan pada desain perhiasan *fidget* khususnya berkaitan dengan kecemasan, berupa bentuk geometris yang melingkar atau tumpul dan bentuk organis. 2 jenis bentuk ini akan dengan sekaligus menciptakan persepsi feminin, keanggunan, kenyamanan, dan perasaan familiar.

KESIMPULAN

Berdasarkan data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang didapat yaitu unsur desain berupa bentuk yang dapat memaksimalkan fungsi dari perhiasan *fidget* wanita adalah bentuk geometris diutamakan organis yang memanjang horizontal maupun vertikal, bentuk geometris melengkung memanjang horizontal ataupun vertikal, dan bentuk melingkar atau bentuk yang memiliki lubang melingkar. Para wanita yang memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami kecemasan, sering ditemukan melakukan perilaku *fidgeting* sebagai salah satu dampak atau gejala yang muncul. Perilaku *fidgeting* dapat membantu menyalurkan energi dari kecemasan keluar dari tubuh sehingga dapat membantu mengurangi dampak buruk dalam tubuh. Melalui perhiasan yang memiliki fungsi untuk *fidgeting*, dapat memudahkan pengguna meraih media *fidget* dan tidak membuat perilaku ini mencolok ditempat umum. Maka dari itu, dengan mengaplikasikan bentuk yang sudah didapat sebelumnya, perhiasan *fidget* dapat membantu memberikan kenyamanan dan kepuasan pengguna melakukan *fidgeting* secara maksimal dalam membantu menyalurkan kecemasannya keluar tubuh. Hasil bentuk menyesuaikan tujuan, permasalahan, dan persepsi menjadikan elemen penting pada perancangan perhiasan *fidget* wanita kedepannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada seluruh pihak yang telah turut serta membantu dalam dokumentasi sebagai sumber penulisan jurnal dan kepada dosen pembimbing yang memberi masukan dan kritikan selama pengambilan dokumentasi atau observasi serta proses penulisan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan publikasi jurnal ini.

REFERENSI

- [1] M. K. Shear, M. Cloitre, D. Pine and J. Ross, *Anxiety Disorders in Women : Setting a Research Agenda*, United State of America: Anxiety Disorders Association of America, 2005.
- [2] R. Kessler, K. McGonagle, S. Zhao, C. Nelson, M. Hughes, S. Eshleman, H. Wittchen and K. Kendler, "Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States. Results from the National Comorbidity Survey.," *Archives of general psychiatry*, 1994.
- [3] K. Abe and Masui, T., "Age-Sex Trends of Phobic and Anxiety Symptoms in Adolescents," *The British Journal of Psychiatry*. Vol. 138, Issue 4, pp. 297-302, 1981.

- [4] N. Irmayanti, A. Agustin and M. Wasil, "Kecemasan di masa pandemi covid-19 ditinjau dari gender," *Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, pp. 146-158, 2022.
- [5] L. Andersson, I. Sundstrom-Poromaa, M. Bixo, M. Wulff, K. Bondestam and M. Astrom, "Point prevalence of psychiatric disorders during the second trimester of pregnancy: A population-based study," *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. Vol. 189, Issue 1, pp.148-54, 2003.
- [6] A. Borges, "29 Pieces of Jewelry That will Help You Calm Down," 6 September 2016. [Online]. Available: <https://www.buzzfeed.com/annaborges/anxiety-jewelry>.
- [7] W. Lin, I. Orton, Q. Li, G. Pavarini and M. Mahmoud, "Looking at the Body: Automatic Analysis of Body Gestures and Self-Adaptors in Psychological Distress," in *IEEE Transactions on Affective Computing*, Vol. 14, No. 2, pp. 1175-1187.
- [8] A. Mehrabian and S. L. Friedman, "An analysis of fidgeting and associated individual differences," *Journal of Personality*, Vol. 54, Issue 2, pp. 406–429, 1986.
- [9] L. Fairbanks, M. McGuire and C. Harris, "Nonverbal interaction of patients and therapists during psychiatric interviews," *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 91, Issue. 2, pp. 109–119, 1982.
- [10] S. Guha, "Fidget Jewelry : Exploring The Innovative and Therapeutic Use of Fashion Accessories for Persons with Special Needs (PWSNS) Through Review," *Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies*, Vol. 7, Issue 35, pp. 9414-9421, 2017.
- [11] H. Alexander, "ADHD can cause overstimulation and understimulation - here's why," 14 Februari 2022. [Online]. Available: <https://www.getinflow.io/post/sensory-processing#:~:text=Understimulation%20refers%20to%20those%20times,you%20engage%20with%20your%20surroundings..>
- [12] M. Cohut, "What happens in the brain when we are bored?," 9 Juli 2019. [Online]. Available: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/325697>.
- [13] C. A. Heller, "Harness Fidgeting to Improve Focus," 2017. [Online]. Available: <https://chadd.org/attention-article/harness-fidgeting-to-improve-focus/>.
- [14] C. Henderson. *The Use of Shape and Color Theory In Interpreting Character Traits*. University of Missouri-Columbia: Columbia, 2021.
- [15] M. M. de Sousa, F. M. Carvalho and R. G. Pereira, "Colour and shape of design elements of the packaging labels influence consumer expectations and hedonic judgments of specialty coffee," *Food Quality and Preference*, 2020.
- [16] T. Bancroft. *Creating Characters with Personality: For Film, TV, Animation, Video*. New York: Crown Publishing Group, 2006.
- [17] E. Fogelström. *Investigation of Shapes and Colours as Character Design (Dissertation)*. Uppsala Universitet, 2013.
- [18] C. H. Chen and P. Y. Sung, " The investigation of organic design style—take design elements of Ross Lovegrove as an example," *International association of societies of design research (IASDR 2013)*, Tokyo, 2013.
- [19] E. A. Nurdiah, "The Potential of Bamboo as Building Material in Organic Shaped," *Social and Behavioral Sciences* , Vol. 216, pp. 30-38, 2016.
- [20] A. F. Rose and A. Cirino. *Jewelry Making and Design*. New York: Metal Crafts Publishing Co., 1917.
- [21] L. Parker. (2019, March 21). *Yes, You Can Play with Your Clothes*. [Online]. Available: <https://www.nytimes.com/2019/03/21/fashion/adhd-fidget-fashion-.html>.

- [22] N. F. Hijazi, "ANXIOUS?: Re-designing W XIOUS?: Re-designing Women's Jewelr s Jewelry to Help Manage o Help Manage," VCU Scholars Compass, 2018.
- [23] F. Nugrahani and M. Hum. *Metode Penelitian Kualitatif*. Solo: Cakra Books, 2014.
- [24] C. Semiawan. *Metode Penelitian Kualitatif*. Grasindo, 2010.
- [25] S. Agustin (2022, February 2). *Gangguan Kecemasan: Jenis, Gejala, dan Cara Mengatasinya*. [Online]. Available: <https://www.alodokter.com/kenali-tiga-jenis-gangguan-kecemasan-dan-gejalanya>.
- [26] K. M. Shear, M. Cloitre, D. Pine and J. Ross. *Anxiety Disorders in Women: Setting a Research Agenda*. United State of America: Anxiety Disorders Association of America, 2005.