

Perancangan Buku Ilustrasi Menstruasi Sebagai Media Edukasi Untuk Remaja Perempuan

Yasmin Aulia Fajrin, Nanang Ganda Prawira, Gumilar Pratama

Prodi Desain Komunikasi Visual
Fakultas Pendidikan Seni dan Desain, Universitas Pendidikan Indonesia
E-mail: yasminafjr@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami beberapa perubahan pada tubuhnya, salah satunya adalah mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan tanda bahwa organ reproduksi berfungsi dengan baik. Sayangnya, menstruasi seringkali dianggap sebagai hal yang tabu untuk dibicarakan, sehingga mengakibatkan kurangnya persiapan dan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi. Untuk mengatasi masalah tersebut, penulis merancang sebuah buku ilustrasi yang berisi informasi tentang menstruasi sebagai media pendidikan bagi remaja putri yang sedang dalam masa pubertas. Diharapkan melalui perancangan buku ilustrasi ini, remaja putri dapat lebih memahami dan siap menghadapi masa menstruasi.

Kata-kata kunci: Buku ilustrasi, menstruasi, remaja perempuan

ABSTRACT

Teenage girls who have entered puberty will experience several changes in their bodies, one of which is experiencing menstruation. Menstruation is a sign that the reproductive organs are functioning properly. Unfortunately, menstruation is often considered a taboo subject to discuss, resulting in a lack of preparation and knowledge of young women about menstruation. To overcome this problem, the author designed an illustrated book that contains information about menstruation as an educational media for adolescent girls who are in puberty. It is hoped that through the design of this illustrated book, young women can better understand and be ready to face the menstrual period.

Keywords: *Illustration book, menstruation, teenage girls*

Pendahuluan

Menstruasi merupakan tanda bahwa seorang perempuan telah mencapai pubertas. Proses menstruasi terjadi karena sel telur tidak dibuahi oleh sperma. Lapisan dinding rahim yang menebal pada akhirnya akan meluruh sebagai persiapan untuk masa kehamilan. Menstruasi

pertama atau *menarche* umumnya terjadi antara usia 10-14 tahun, dengan siklus 28-35 hari dan periode menstruasi 3-7 hari (Proverawati & Maesaroh, 2009). Tahap menstruasi pertama (*menarche*) dianggap sebagai penanda transisi dari masa anak-anak menuju dewasa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja perempuan memiliki pengetahuan yang minim mengenai menstruasi. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa sebagian remaja perempuan tidak mengetahui bagaimana menstruasi terjadi (Aboyeji, dkk., 2005; Muagman 1990; Kurniawan, 2009). Nagar dan Aimol berpendapat bahwa pengetahuan tentang menstruasi yang diperoleh remaja perempuan akan mempengaruhi persepsi remaja perempuan terhadap menstruasi. Remaja perempuan yang sudah memasuki masa awal menstruasi membutuhkan persiapan mental yang baik untuk menyiapkan perubahan fisik dan psikis yang akan dialaminya. Jika remaja perempuan tidak didukasi dan tidak dipersiapkan dengan baik, maka akan mengakibatkan remaja perempuan memiliki stigma negatif terhadap perubahan tersebut (Hurlock, 2004).

Berdasarkan data-data tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan memerlukan edukasi tentang menstruasi. Edukasi dapat dilakukan melalui berbagai media, antara lain media digital dan media cetak. Media cetak yang sering ditemui adalah buku. Buku merupakan sumber ilmu pengetahuan dan sumber karakter bangsa (Muktiono, 2003). Buku dapat memuat lebih banyak informasi dibandingkan dengan media lain, menjadikannya sumber informasi yang terbilang efektif. Selain itu, buku yang dilengkapi dengan ilustrasi dapat membantu menyampaikan informasi dengan lebih mudah kepada pembaca (Alwi, 2003).

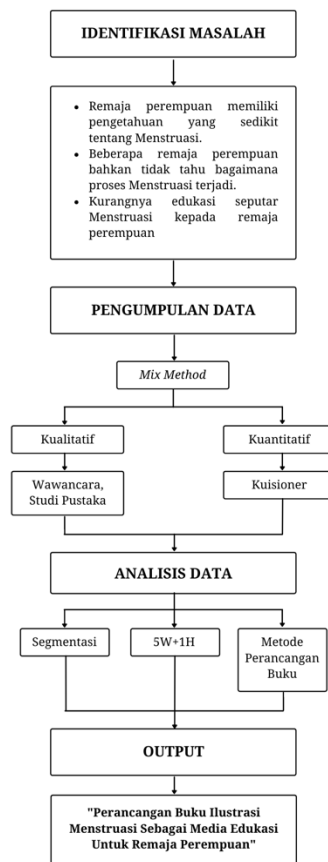
Ilustrasi dapat menjadi media komunikasi untuk edukasi dan memotivasi anak muda untuk membaca buku. Oleh karena itu, buku ilustrasi dapat dipilih sebagai media yang tepat untuk mengedukasi remaja perempuan mengenai pembekalan informasi seputar menstruasi. Diharapkan melalui buku ilustrasi mengenai edukasi tentang menstruasi dapat mempersiapkan remaja perempuan untuk menghadapi menstruasi dengan lebih tenang.

Target audiens dari buku ilustrasi menstruasi ini yaitu remaja perempuan dengan rentang usia 12-17 tahun. Target audiens tersebut dipilih karena pada usia tersebut, remaja perempuan mengalami menstruasi pertamanya. Usia tersebut dapat menjadi sasaran yang tepat untuk dibekali ilmu-ilmu seputar menstruasi agar dapat menghadapi menstruasi dengan lebih matang dan untuk bekal di masa depan.

Menurut Alwi (2002), ilustrasi adalah gambaran atau visualisasi dari sebuah uraian seperti berita, karangan, atau naskah. Selain itu, ilustrasi berfungsi untuk menghilangkan kesan membosankan dalam sebuah buku (Male, 2007).

Metode Perancangan

Metode pengumpulan data yang dipakai dalam perancangan ini adalah metode campuran (*mix method*) yaitu gabungan dari metode kualitatif dan kuantitatif. Metode campuran memfokuskan pada pengumpulan, analisis, dan gabungan data kualitatif dan kuantitatif dalam sebuah penelitian (Cresswell & Clark, 2007). Data kualitatif diperoleh dengan cara wawancara dan studi pustaka, dan untuk data kuantitatif diperoleh dengan cara menyebar kuisisioner kepada target audiens dari perancangan buku ilustrasi menstruasi yang akan dirancang.



Gambar 1. Bagan metode perancangan

Sumber: Yasmin Aulia Fajrin, Nanang Ganda Prawira, Gumilar Pratama

Sementara itu untuk teknik analisis data yang dipilih adalah dengan menggunakan metode analisis 5W+1H. Kemudian proses perancangan menggunakan tahap-tahap perancangan buku dari Haslam (2006:23-27) yang terbagi menjadi lima langkah perancangan yaitu: *documentation, analysis, expression, concept, dan the design brief*.

Teknik Pengumpulan Data

Wawancara. Wawancara merupakan percakapan yang bermaksud untuk mencapai tujuan tertentu, dilakukan oleh dua pihak yaitu yang memberi pertanyaan dan yang menjawab pertanyaan tersebut (Moleong, 2004:150). Wawancara akan dilakukan dengan dokter Obgyn (*Obstetrics and Gynecology*) atau SpOG(k) selaku ahli yang berkompeten membahas soal menstruasi.

Studi Pustaka. Menurut Sugiyono (2013), studi pustaka merupakan kajian teoritis referensi dan literatur ilmiah sejenisnya yang berhubungan dengan budaya, nilai, dan norma yang ada pada situasi sosial yang sedang diamati. Studi pustaka akan dilakukan dengan mencari buku, jurnal, artikel, atau informasi lainnya yang berkaitan dengan menstruasi yang akan dijadikan sebagai pedoman perancangan buku ilustrasi menstruasi.

Kuisisioner. Kuisisioner adalah barisan pertanyaan yang berguna untuk mendapatkan informasi dari responden yang berhubungan dengan pribadinya atau hal-hal seputar materi penelitian (Arikunto, 2010). Kuisisioner akan dibuat dengan Google Form, lalu disebarakan kepada target audiens secara *online* untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja perempuan seputar menstruasi.

Analisis 5W+1H. Teknik analisis 5W+1H bertujuan untuk menganalisis data-data yang sudah terkumpul agar mendapatkan solusi dari masalah yang diangkat. Teknik analisis 5W+1H terdiri dari *what* (apa), *why* (kenapa), *who* (siapa), *when* (kapan), *where* (kapan), dan *how* (bagaimana).

Objek Perancangan

Objek dalam perancangan kali ini adalah buku ilustrasi yang membahas seputar menstruasi untuk remaja perempuan dengan usia 12-17 tahun. Buku ilustrasi tersebut membahas pengenalan organ reproduksi perempuan, pengertian dan proses menstruasi, sindrom pra-menstruasi, tips-tips menghadapi menstruasi, dan mitos-mitos tentang menstruasi.

Target audiens dari buku ilustrasi ini meliputi:

- a. Demografi: Remaja perempuan dengan usia 12-17 tahun.
- b. Geografi: Tinggal di daerah perkotaan di Kota Bandung, Jawa Barat.
- c. Psikografi: Gemar membaca buku, memiliki rasa penasaran yang tinggi, tertarik dengan visual yang *eye-catching*, dan tertarik untuk belajar atau menambah informasi seputar menstruasi.

Tahap Produksi

Pada tahap ini menggunakan metode perancangan buku Haslam (2006:23-27) yang terdiri dari lima tahap, yaitu:

- a. *Documentation*: Meliputi tahap pengumpulan data seperti mengumpulkan foto, tulisan, atau rekaman suara.
- b. *Analysis*: Selanjutnya data-data yang sudah terkumpul akan dianalisis sehingga mendapatkan rumusan menjadi lebih spesifik.
- c. *Expression*: Setelah dilakukan analisis, maka dibuat konsep visualnya yang terdiri dari warna, gaya ilustrasi, tanda atau simbol, dan tipografi.
- d. *Concept*: Setelah konsep visual terbentuk, maka dilanjutkan dengan menentukan konsep dari keseluruhan buku atau
- e. *The Design Brief*: Dalam tahap ini hasil perancangan akan ditinjau oleh para ahli sebelum akhirnya diproduksi.

Hasil dan Pembahasan

Analisis 5W+1H

What (Apa). Perancangan yang akan dibuat adalah sebuah buku ilustrasi yang membahas informasi seputar menstruasi yang meliputi: pengenalan organ reproduksi perempuan, pengertian dan proses menstruasi, sindrom pra-menstruasi, tips-tips menghadapi menstruasi, dan mitos-mitos tentang menstruasi.

Why (Kenapa). Buku ilustrasi ini dirancang untuk mengedukasi remaja perempuan yang sedang mengalami masa pubertas agar siap dalam menghadapi menstruasi dan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan seputar menstruasi yang seringkali dibingungkan oleh para remaja perempuan.

Who (Siapa). Target audiens dari buku ilustrasi ini adalah remaja perempuan dengan usia 12-17 tahun yang akan atau sudah mengalami menstruasi.

When (Kapan). Setelah selesai dirancang, buku ini akan divalidasi dan diujicoba pada bulan Maret dan April tahun 2022.

Where (Di Mana). Proses pengumpulan data untuk perancangan buku ilustrasi ini akan dilaksanakan di Kota Bandung, Jawa Barat, dengan mewawancarai dokter Obgyn atau SpOG(k), dan menyebarkan kuisioner kepada remaja perempuan berusia 12-17 tahun yang berdomisili di Kota Bandung.

How (Bagaimana). Perancangan ini disajikan dalam bentuk buku yang didukung dengan bantuan ilustrasi yang menarik agar informasi mudah tersalurkan kepada pembaca dan menarik minat baca remaja perempuan. Buku ilustrasi ini dirancang dengan berbagai data yang sudah dikumpulkan oleh penulis baik dari sumber studi kepustakaan, wawancara, maupun kuisioner yang berkaitan dengan menstruasi.

Konsep Verbal

Konsep verbal yang digunakan untuk perancangan buku ilustrasi menstruasi ini yaitu penggunaan bahasa yang tidak kompleks sehingga dipahami oleh remaja usia 12-17 agar memudahkan dalam mencerna isi informasi yang terdapat dalam buku.

Konsep Visual

Format dan ukuran buku. Buku ilustrasi ini akan dirancang dengan ukuran tinggi 20 cm dan lebar 15 cm. Buku tersebut akan dipublikasikan secara digital melalui *platform* Issuu dan dicetak dengan cover berbahan *hard cover*. Untuk buku cetak, isiannya menggunakan kertas art paper 150 gram.

Ilustrasi. Gaya lustrasi yang dipilih untuk perancangan buku ini adalah ilustrasi digital dengan gaya kartun dengan teknik pewarnaan *flat-design* yang dibuat dengan bantuan *software* Adobe Photoshop dan Paint Tool SAI. Selain itu, buku ini akan menghadirkan dua karakter utama yang akan menjadi pengiring atau *guide* dalam menyampaikan informasi seputar menstruasi. Kedua karakter tersebut adalah seorang anak remaja perempuan dan maskot yang terinspirasi dari bentuk tetesan darah yang merepresentasikan menstruasi.

Warna. *Color palette* yang dipilih untuk digunakan dalam buku ilustrasi ini akan didominasi dengan warna merah muda yang didukung dengan warna-warna cerah lainnya. Warna merah muda diambil sebagai representasi semangat dan keceriaan remaja perempuan.

Tipografi. Jenis tipografi atau huruf yang digunakan dalam buku adalah huruf berjenis *sans serif*. Huruf *sans serif* merupakan huruf dengan garis solid, memiliki tebal yang seragam, dan tidak berkaki atau berkait. Huruf sans serif seringkali dijumpai dalam buku atau majalah karena mudah terbaca.

Layout. Gaya *layout* yang digunakan dalam buku ini didominasi *picture window layout*, yaitu layout yang didominasi dengan ilustrasi atau gambar sehingga kontras dengan teks yang sedikit.

Kesimpulan

Buku ilustrasi merupakan salah satu media edukasi yang efektif untuk menyampaikan informasi secara mudah. Ilustrasi sangat membantu memvisualisasikan sebuah teks sehingga mudah dipahami oleh pembacanya. Buku ilustrasi dipilih sebagai media yang efektif dalam mengedukasi remaja perempuan mengenai menstruasi. Buku tersebut berfungsi menambah wawasan remaja perempuan agar lebih siap dalam menghadapi menstruasi.

Isi buku ini akan memuat informasi seputar pengenalan organ reproduksi perempuan, pengertian dan proses menstruasi, sindrom pra-menstruasi, dan mitos-mitos seputar menstruasi yang seringkali membawa opini tidak benar di kalangan masyarakat.

Dalam perancangannya, buku ini diharapkan menjadi jawaban atas kebingungan-kebingungan seputar menstruasi yang seringkali menimbulkan kesalahpahaman di masyarakat, khususnya remaja perempuan.

Daftar Pustaka

- Aboyeji, Saidu, Abiodun, Fawole, Adewara, & Adegoke. 2005. Menstrual Preparation Among Adolescents in Kwarta State. *Journal*. Kwarta State : Department of Obstetrics and Gynaecology. University of Ilorin Teaching Hospital.
- Alwi, H. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Arikunto, S. 2010. *Metode penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Creswell, J. W., Hanson, W. E., Clark Plano, V. L., & Morales, A. 2007. Qualitative research designs: Selection and implementation. *The counseling psychologist*, 35(2), 236-264.
- Ernawati, dkk. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Universitas Nasional, IWWASH, Global One.
- Haslam, A. 2006. *Book design*. Laurence King Publishing.
- Hurlock, E.B. 2004. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Ke-5. Jakarta: Erlangga.
- Kusrianto, A. 2009. *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Mawarni, E., Mulyani, B & Yamtinah, S. 2015. *Penerapan Peer Tutoring Dilengkapi Animasi Macromedia Flash dan Handout untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi dan Prestasi Belajar Peserta Didik Kelas XI IPA 4 SMAN 6 Surakarta Tahun Pelajaran 2013/2014 pada Materi Kelarutan dan Hasil Kali Kelarutan*. *Jurnal Pendidikan Kimia (JPK)*, 4(1):29-37.
- Moleong, L. J., & Edisi, P. R. R. B. 2004. *Metodologi penelitian*. Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya.
- Muktiono, J.D. 2003. *Aku Cinta Buku: Menumbuhkan minat baca pada anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Pakpahan, A.F., dkk. 2020. *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yayasan Kita Menulis.

Proverawati, A. & Maesaroh, S. 2009. *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Soewardikoen, D. W. 2013. *Metodologi Penelitian Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: PT KANISIUS.

Sugiyono, D. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Supriyono, R. 2010. *Desain Komunikasi Visual: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.

Yeung, Y. L., Tang, C. S. & Lee, A. 2005. Psychosocial and Cultural Factors Influencing Expectations of Menarche: A study on Chinese Premenarcheal Teenage Girls. *Journal of Adolescent Research*. Vol 20. No. 1. Sage Publication.