

**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI EDUKATIF
MENGENAI MENJAGA KESEHATAN DAN KEBERSIHAN TUBUH
PADA REMAJA PUTRI**

***THE DESIGN OF EDUCATIVE ILLUSTRATION BOOK
ABOUT MAINTAINING HEALTH AND BODY HYGIENE
FOR TEENAGE GIRLS***

Nur Rohmah Sugiani¹, Rizki Yantami Arumsari, S. Ds., MM²

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom

¹nurrsugi@gmail.com, ²rizkiyantami@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri sudah sepatutnya menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh karena pada usia tersebut akan terjadi pubertas dan remaja putri akan mengalami banyak perubahan pada tubuhnya. Minimnya pengetahuan tentang menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh pada remaja putri tak jarang membuat mereka takut dan salah melakukan metode menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya. Dalam perancangan buku ini penulis menggunakan metode studi pustaka, observasi, wawancara, kuesioner, dan analisis matriks. Media buku adalah media edukatif yang dipilih untuk mengedukasi remaja putri dalam menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya. Agar buku lebih menarik dan mudah dimengerti oleh target audiens, maka media buku yang dibuat akan berbasis ilustrasi. Adapun target audiens dari perancangan ini adalah remaja berusia 14-19 tahun yang berada di wilayah perkotaan Indonesia. Dengan adanya buku ilustrasi tersebut, penulis berharap agar remaja putri lebih memerhatikan, lebih teliti, dan berhati-hati dalam menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh mereka. Manfaat dirancangnya buku ini adalah agar remaja putri mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh sehingga dapat mencegah timbulnya berbagai penyakit yang ditimbulkan akibat mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh.

Kata Kunci: Buku Ilustrasi, Edukasi, Kesehatan, Kebersihan Tubuh, Remaja Putri.

ABSTRACT

Teenage girls should maintain their health and body hygiene because at that age puberty begins and their body will go through a lot of changes. The lack of education about health and body hygiene sometimes makes them afraid, and do something wrong when they are trying to maintain their health and body hygiene. In designing this book, the author used literature, observation, interview, questionnaire, and matrix analysis. Book is the educative media that will educate teenage girls how to maintain their health and body hygiene. Illustration concept is applied in this book to make it more interesting and easy to learn for the audience. The target audience of this design product is teenage girls aged between 14-19 years old. The author hopes that this illustration book will make teenage girls more concerned and careful in maintaining their health and body hygiene. The book will make the teenage girls know how to maintain their health and body hygiene, so they can prevent a lot of disease that might be come.

Keywords: *Illustration book, Education, Health, Body Hygiene, Teenage Girls.*

1. Pendahuluan

Kesehatan dan kebersihan tubuh sudah sepatutnya menjadi perhatian khusus bagi wanita apalagi remaja putri, karena pertumbuhan tubuh yang dialami ketika proses pubertas terjadi sangat cepat. Banyak perubahan pada tubuh remaja, khususnya wanita yang akan mengalami perubahan, seperti payudara yang membesar, tumbuhnya rambut halus pada ketiak dan daerah kewanitaan, kulit wajah yang berjerawat dan sebagainya.

Usia remaja dianggap sebagai masa dimana kondisi tubuh paling sehat, sehingga menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh cenderung terabaikan. Selain itu, remaja muda (umur 12-15 tahun) kurang memiliki kemampuan dalam mengambil keputusan yang membuat mereka tidak mengetahui apa yang baik dan buruk untuk dirinya. Hal tersebut dapat memengaruhi pola pikir dan gaya hidup remaja yang memiliki tingkat aktifitas yang tinggi [3].

Pada dasarnya, wanita memang memiliki banyak perbedaan dengan laki-laki baik secara anatomi, fisiologi dan hormonal. Selain itu, kulit wanita memang akan lebih cepat mengalami penurunan fungsi dibandingkan laki-laki, sehingga wanita harus melakukan perawatan ekstra untuk menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya [13]. Kebiasaan mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh pada remaja putri ternyata dapat menimbulkan beberapa

penyakit. Hal tersebut berkaitan dengan pola hidup dan gaya hidup yang kurang bersih dan sehat. Kebiasaan mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit, misalnya kanker serviks. Penyakit ini bisa timbul akibat hal sederhana seperti mencuci celana dalam pada satu wadah yang sama dengan pakaian lain [12].

Jarang mencuci tangan juga ternyata dapat menyebabkan terjangkit Hepatitis A. Pada tahun 2013 sebanyak 1,4 juta pasien di dunia mengalami penyakit Hepatitis A tiap tahunnya. Di Kab. Banyumas, sebagian besar penderita adalah pelajar dan mahasiswa. Oleh karena itu, seseorang yang kurang menjaga kebersihan dan kesehatan diri berisiko terkena Hepatitis A 5,7 kali lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang menjaga kebersihan diri dengan baik [11]. Selain itu, kebiasaan memencet jerawat memberikan dampak kurang baik pada kulit. Hal tersebut biasanya dilakukan untuk mempercepat proses penghilangan jerawat, namun hal tersebut justru salah [10].

Menurut Ibu Wiwiek yang merupakan ahli perkembangan anak mengatakan bahwa, anak remaja memang memerlukan bimbingan dalam menghadapi masa remajanya agar dapat menjaga tubuhnya dengan baik sehingga diperlukan media edukatif yang tepat. Salah satu media edukatif yang tepat untuk mengedukasi remaja putri adalah media buku.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka penulis akan merancang buku edukatif tentang menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh bagi remaja putri berbasis ilustrasi untuk rentang usia 14-19 tahun. Usia tersebut dipilih karena antara rentang usia 14-19 tahun terjadi perubahan organ-organ fisik secara cepat sehingga remaja putri memerlukan edukasi menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh yang tepat untuk diterapkan pada tubuhnya [3].

2. Dasar Teori

Teori Buku

Buku adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong. Secara garis besar buku yang baik akan tetap dikenang pembaca minimal harus memenuhi tiga syarat, antara lain: memenuhi kebutuhan pasar atau konsumen, mempunyai manfaat bagi konsumen, baik untuk menambah wawasan atau sekedar melepas kepenatan pikiran, memiliki daya pikat (*bargaining position*), yaitu perwajahan luar yang elok dan perwajahan dalam yang baik [7]. Buku informasi Umumnya berisi foto-foto atau ilustrasi-ilustrasi dan bisa membicarakan tentang lingkungan, bagian-bagian tubuh manusia dan lain lain [1].

Teori Ilustrasi

Ilustrasi adalah gambar yang menarik, gambar yang mampu bercerita tanpa komitmen terhadap waktu atau perhatian. Ilustrasi sering digunakan untuk secara cepat mengkomunikasikan ide relevan yang sulit diungkapkan dengan kata-kata. Selain itu, ilustrasi juga berfungsi untuk menarik perhatian dan mengkomunikasikan ide [6].

Teori Perkembangan Anak

Remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang biasanya dimulai dari umur 12-13 tahun [2]. Masa remaja sendiri dapat dibagi menjadi tiga bagian yaitu 12-15 tahun masa remaja awal, 15- 18 tahun masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir. Aspek-aspek perkembangan anak terdiri tiga aspek, antara lain: Pertama adalah perkembangan fisik yang berhubungan dengan pertumbuhan pada tubuh dan keterampilan motorik. Kedua adalah perkembangan kognitif yang berhubungan dengan perubahan kemampuan mental seperti berpikir dan berbahasa. Ketiga adalah perkembangan kepribadian yang berhubungan dengan perubahan cara individu berinteraksi dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain [3].

Teori Desain Komunikasi Visual

Dalam perancangan buku ilustrasi ini, penulis menggunakan teori Desain Komunikasi Visual yang berguna untuk menjadi landasan teori dalam pembuatan buku. Pertama adalah layout dan grid yang berguna mengatur atau menyusun elemen-elemen dalam suatu halaman untuk membentuk pesan yang berarti [6]. Layout yang baik adalah dengan memerhatikan beberapa prinsip yang harus dipenuhi, antara lain urutan (*sequence*), penekanan (*emphasis*), kesatuan (*unity*), dan keseimbangan (*balance*). Kedua adalah warna yang merupakan suatu alat komunikasi efektif untuk mengungkapkan pesan, ide, gagasan tanpa penggunaan tulisan atau bahasa. Warna sendiri terbagi menjadi beberapa bagian, yaitu warna primer, sekunder, tersier, dan netral [8]. Ketiga adalah tipografi yang merupakan representasi visual dari sebuah bentuk komunikasi verbal dan merupakan properti visual yang pokok dan efektif [5]. Beberapa jenis tipografi, yaitu roman, egyptian, sans serif, script, dan miscellaneous [8].

3. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain:

- a. Studi Pustaka
Studi pustaka yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku, jurnal, artikel berita online dan cetak, website tentang kebersihan dan kesehatan, serta teori-teori lainnya yang mendukung dalam perancangan ini.
- b. Observasi
Penulis melakukan observasi kepada siswi SMP dan SMA di Jakarta, Bandung, dan Depok.
- c. Wawancara
Penulis melakukan wawancara kepada ahli di bidang kebersihan dan kesehatan tubuh, psikolog, dan ahli ilustrator buku.
- d. Kuesioner
Kuesioner diberikan kepada responden berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 14-19 tahun di Jakarta, Bandung dan Depok.

4. Hasil dan diskusi

Berdasarkan hasil analisis, buku ini dibuat dengan target khalayak sasaran remaja putri berusia 14-19 tahun yang tinggal di kota-kota besar, seperti Jakarta, Bandung, Depok, Surabaya, Palembang dan lain lain. Selain itu, dalam pencetakannya penulis berkerjasama dengan PT Gramedia Pustaka Utama dan bekerjasama dalam pendistribusian dengan Yayasan Kanker Indonesia, Dinas Kesehatan, perpustakaan sekolah dan kampus di kota-kota besar di Indonesia dan toko buku modern lain, seperti TM Book Store dan Toko Buku Gunung Agung.

Berikut ini hasil pengumpulan data dan analisis yang dirangkum dalam tabel di bawah ini.

Observasi	Berdasarkan hasil observasi di SMAN 39 Jakarta, kesimpulan yang dapat diambil adalah siswi memperoleh kegiatan keputrian belum dilaksanakan secara maksimal di sekolah karena menggunakan metode verbal yang dilengkapi metode tanya-jawab, sehingga siswi tidak dapat menyerap informasi secara menyeluruh.
Wawancara	Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil adalah menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh merupakan hal yang sangat penting untuk memenuhi kebutuhan fisik maupun psikis, kegiatan menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh harus dibekali pada remaja yang sudah memasuki masa pubertas, tingkat penyakit akibat mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh masih terus meningkat tiap tahun, media buku berbasis ilustrasi dapat lebih menarik dan mudah dipahami untuk dibaca oleh remaja putri.
Kuesioner	Berdasarkan hasil kuesioner, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah seluruh responden berpendapat bahwa menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh adalah hal yang penting. Selain itu, sebagian besar responden pernah mengalami luka saat menerapkan metode menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh karena kurangnya edukasi mengenai hal tersebut. Sebagian besar responden juga mengetahui informasi mengenai edukasi menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh dari orang tua dan internet dan sebagian besar merasa memerlukan media buku tentang edukasi menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh.
Matriks Perbandingan	Berdasarkan hasil analisis, jenis ilustrasi buku yang menggunakan jenis ilustrasi grafis dengan pengayaan <i>line</i> lebih sering digunakan, selain itu jenis huruf sans serif digunakan pada ketiga buku, baik pada halaman sampul buku maupun pada halaman isi. Kemudian, warna sekunder, tersier dan

	warna hangat adalah warna yang banyak digunakan. Untuk jenis <i>grid</i> yang sering digunakan pada sampul buku adalah <i>manuscript grid</i> dan <i>hierarchical grid</i> .
--	--

Dalam perancangan buku ini penulis membuat berdasarkan beberapa konsep, antara lain:

a. Konsep pesan

Buku edukatif ini menggunakan konsep pesan *informing*, dimana bertujuan untuk memberikan informasi bagaimana cara menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh saat memasuki masa pubertas. Judul buku yang digunakan adalah *Puberty: Time to be Clean and Healthy* yang bertujuan untuk memberitahukan kepada remaja putri bahwa masa pubertas adalah masa untuk mulai memiliki tubuh yang bersih dan sehat. Selain itu juga bertujuan untuk memahami bahwa pubertas adalah masa yang tepat untuk memulai pola hidup bersih dan sehat yang harus dimulai dari diri sendiri tanpa harus berlebihan mengkhawatirkan perubahan yang ada pada tubuh yang dialami saat memasuki masa pubertas.

b. Konsep kreatif

Konsep kreatif pada buku terletak pada bagian ilustrasi dan sampul buku. Ilustrasi yang digunakan pada buku ini adalah ilustrasi grafis dengan pengayaan *line* karena memberikan kesan dinamis. Buku juga akan didukung dengan gambar-gambar yang berkaitan dengan anak perempuan, seperti *make up*, sisir, kunciran, jepit rambut dan gambar-gambar yang berkaitan dengan materi kesehatan dan kebersihan tubuh serta menggunakan beberapa metafora seperti, kulit kering yang digambarkan dengan padang pasir. Selain itu, desain sampul buku dibuat dengan konsep *die cut* untuk lebih menarik target audiens dan buku memiliki *experience* berbeda dibandingkan buku sejenis lainnya. Selain itu, buku juga dilengkapi dengan stiker bergambar *self reminder* tentang menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh dengan *caption* yang menarik sehingga remaja putri tetap dapat mengingat untuk menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya setelah membaca buku tersebut.

c. Konsep media

Konsep media pada buku, yaitu berukuran 13 x 20 cm, menggunakan bahan kertas isi HVS 100 gram dan sampul buku artpaper 210 gram, halaman isi 96 halaman ditambah 1 halaman media tambahan (stiker) berbahan kromo, dan dijilid dengan metode lem punggung (*perfect binding/soft cover*). Selain itu pada buku terdapat beberapa bagian, yaitu halaman pembuka yang berisi halaman prancis, halaman hak cipta, halaman prakata, halaman daftar isi, dan halaman pendahuluan. Kemudian terdapat halaman isi yang dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu bab 1: mengenai wajah, bab 2: rambut, bab 3: payudara, bab 4: ketiak, bab 5: organewanitaan, bab 6: tangan, kaki dan kuku, halaman stiker, halaman jurnal, lalu ditutup dengan halaman penutup yang berisi daftar pustaka dan halaman tentang penulis.

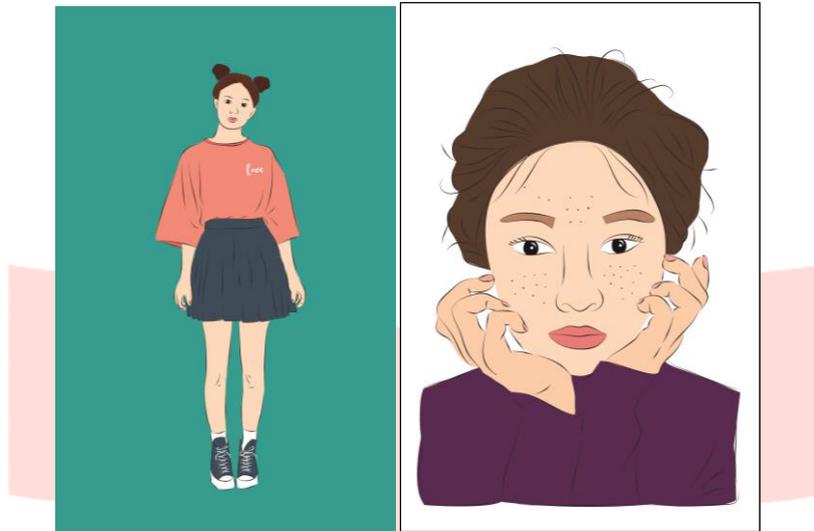
d. Konsep visual

Ilustrasi yang digunakan pada buku adalah ilustrasi dengan penggunaan *line*. Kemudian jenis huruf yang digunakan ada dua jenis, yaitu sans serif dengan nama huruf Quicksand dan jenis huruf script dengan nama huruf Oliver dan Auntumn in November. Kedua jenis huruf tersebut dipilih berdasarkan hasil analisis matriks dan kedua jenis huruf memiliki kesan dinamis dan akrab yang sesuai dengan target audiens.

Selain itu, warna yang digunakan pada buku adalah warna-warna sekunder, tersier dan warna hangat. Warna tersebut dipilih karena sesuai dengan tema dan target audiens yang dipilih, yaitu remaja putri. Kemudian, Jenis *grid* yang digunakan pada buku adalah *manuscript grid* dan eksplorasi *grid*. Jenis *grid* ini dipilih karena memiliki kesan dinamis, sehingga memudahkan pembaca dalam menentukan alur baca, sedangkan jenis *layout* yang digunakan adalah simetris.

5. HASIL PERANCANGAN

a. Desain Karakter



Gambar 1 Desain karakter
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Gambar di atas merupakan desain karakter pada buku. Pemilihan karakter berdasarkan kriteria *style* remaja saat ini. Selain itu, warna dominan biru tosca dipilih karena warna tersebut merupakan warna campuran biru dan hijau. Dimana warna biru memberikan kesan bersih dan sehat, sedangkan warna hijau memberikan kesan kesegaran dan keremajaan.

b. Desain sampul buku



Gambar 2 Desain sampul buku
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada sampul halaman depan buku terdapat dua gambar yang berbeda, tetapi dengan satu karakter yang sama. Hal ini dilakukan untuk menarik perhatian pembaca saat buku dipajang pada rak buku, karena buku memiliki desain *cover* yang berbeda dan memberikan *experience* tersendiri bagi pembaca yang akan melihatnya.

c. Desain isi buku



Gambar 3 Desain isi buku
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada halaman isi buku terdapat beberapa bagian, yaitu halaman pendahuluan yang berisi halaman prancis, halaman hak cipta, halaman prakata, halaman daftar isi, dan halaman pendahuluan. Kemudian halaman teks isi yang berisi judul bab, penomeran bab, dan alinea teks. Serta halaman penyudah yang berisi daftar pustaka dan halaman catatan akhrit tentang penulis.

d. Media tambahan



Gambar 4 Media tambahan
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Desain stiker dirancang untuk menambah daya tarik buku yang dapat digunakan pembaca sebagai aksesoris sekaligus motivasi karena desain stiker dilengkapi dengan beberapa kalimat motivasi agar pembaca terus menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya setelah membaca buku ini.

e. Desain jurnal buku



Gambar 5 Desain jurnal buku
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Desain jurnal dibuat agar buku lebih edukatif karena melibatkan pembaca dalam pengisian jurnal tersebut. Jurnal buku ini dibuat untuk membuat pembaca lebih aktif dan teratur dalam menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh.

6. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengamatan dan perancangan Tugas Akhir yang telah dilakukan penulis, maka hal yang dapat disimpulkan adalah menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh merupakan hal yang sangat penting, namun tak jarang remaja masih sering mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh mereka, berbagai macam penyakit dapat ditimbulkan akibat mengabaikan kesehatan dan kebersihan tubuh sehingga remaja putri memerlukan bimbingan dalam menjaga kesehatan dan kebersihan tubuhnya, buku merupakan media edukatif yang dapat mengedukasi remaja putri mengenai menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh, karena buku dapat menyampaikan informasi yang disampaikan oleh penulis secara efektif.

Daftar Pustaka

- [1] Bunanta, Murti. 2004. *Buku, Mendongeng dan Minat Membaca*. Jakarta: Pustaka Tangga.
- [2] Jahya, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- [3] Monks, F.J. 2006. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- [4] Santrock, John W. 2007. *Remaja, jilid 2, edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- [5] Sihombing, Danton. 2001. *Tipografi dalam Desain Grafis*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- [6] Soewardikoen, Didit W. 2015. *Visualisasi Iklan Indonesia Era 1950-1957 Edisi 2*. Yogyakarta : Calpulis.
- [7] Wb, Iyan. 2007. *Anatomi Buku*. Bandung: Kolbu.
- [8] Wibowo, Ibnu Teguh. 2013. *Belajar Desain Grafis*. Yogyakarta: Buku Pintar.
- [9] Yuliarti, Nurheti. 2009. *A-Z Woman Health and Beauty*. Yogyakarta: C.V Andi.
- [10] Ernawati, Jujuk. 2016. *Ketahui bahaya Pencet Jerawat*. [http://life.viva.co.id/news/read/753417-ketahui-bahaya-pencet-jerawat%](http://life.viva.co.id/news/read/753417-ketahui-bahaya-pencet-jerawat%20) (diakses 1 Februari 2017, 22:10).
- [11] Sasoka, Dwika Sari dan Prijono Satyabakti. 2014. *Hubungan Antara Higiene Perseorangan dengan Kejadian Hepatitis A Pada Pelajar atau Mahasiswa*, 332. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga (diakses 2 Februari 2017, 20:30).
- [12] Winarta, Karmin. 2014. *Benarkah Remaja Dapat Terkena Kanker Serviks?*. <http://citizen6.liputan6.com/read/2055535/benarkah-remaja-dapat-terkena-kanker-serviks> (diakses tanggal 30 Januari, 21:20).