



EDUKASI GIZI DAN NUTRISI UNTUK IBU HAMIL MELALUI BUKU ILUSTRASI

Yasmine Aulia Islam; Dwi Agnes Natalia Bangun; Ade Haryani✉

Program Studi Desain Grafis, Jurusan Teknik Grafika dan Penerbitan, Politeknik Negeri Jakarta, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima : **

Disetujui :

Dipublikasikan :

Keywords:

Gizi dan Nutrisi, Buku Ilustrasi, Media Edukasi, Puskesmas

Abstrak

Buku ilustrasi "Gizi dan Nutrisi yang Tepat untuk Ibu Hamil" dirancang oleh Puskesmas Cibinong sebagai media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi dan nutrisi yang tepat. Hal ini bertujuan untuk mengurangi angka stunting pada anak dan menurunkan angka kematian ibu dan anak. Buku ini menggunakan tema colorful dengan gaya ilustrasi kartun dan font minimalis, serta memiliki 20 halaman untuk mengedukasi ibu hamil. Melalui pendekatan yang menarik dan sesuai, diharapkan buku ini dapat membantu ibu hamil menerima informasi tentang gizi dan nutrisi secara efektif.

Abstract

The illustration book "Proper Nutrition for Pregnant Women" was designed by Puskesmas Cibinong as an educational media to increase pregnant women's knowledge about proper nutrition and nutrition. This aims to reduce stunting rates in children and reduce maternal and child mortality rates. The book uses a colourful theme with a cartoon illustration style and minimalist fonts, and has 20 pages to educate pregnant women. Through an attractive and appropriate approach, it is hoped that this book can help pregnant women receive information about nutrition and nutrition effectively

PENDAHULUAN

Masa kehamilan adalah waktu yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak serta berperan dalam menentukan kualitas SDM di masa depan (Ahmadi, 2019). Status gizi ibu hamil berperan sebagai penentu utama kualitas perkembangan janin. Hal ini disebabkan oleh pengaruh status gizi ibu sebelum dan selama masa kehamilan (Ariendha et al., 2022). Untuk mencapai keberhasilan tersebut, pemerintah telah melaksanakan program kesehatan bagi ibu hamil dan janinnya sejak dini, dengan harapan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

Namun, hasil wawancara dengan seorang ahli gizi di Puskesmas Cibinong menunjukkan bahwa saat ini kasus gizi buruk masih cukup tinggi, sehingga menyebabkan angka stunting tidak mengalami penurunan yang signifikan. Menurut data terbaru pada Februari 2024, prevalensi kasus stunting anak di Puskesmas Cibinong menunjukkan angka yang cukup tinggi, dengan mayoritas anak mengalami berat badan di bawah normal. Dari hal inilah, Puskesmas Cibinong membutuhkan cara yang efektif untuk mengedukasi ibu hamil khususnya tentang gizi dan nutrisi bagi ibu serta janin dengan melakukan proses perancangan desain buku melalui penerapan teori desain grafis.

Buku edukatif merupakan sebuah buku teks yang berfungsi sebagai bahan ajar utama dalam pembelajaran. Buku teks adalah salah satu media terpenting dan sumber utama untuk mencapai kompetensi yang diinginkan dalam pembelajaran (Sakti & Hotimah, 2023). Walaupun materi pada buku teks umumnya disusun secara terstruktur, adanya kreativitas di dalam buku teks juga diperlukan untuk

mendukung proses pembelajaran (Kuncayahono & Annadiah, 2020). Untuk menentukan kreativitas yang akan diterapkan dalam buku edukatif, terdapat berbagai macam metode yang dapat digunakan sebagai acuan, salah satunya adalah metode kualitatif deskriptif melalui tahapan *design thinking*.

Terdapat penelitian terdahulu mengenai buku ilustrasi dengan judul "Perancangan Buku Ilustrasi Mengenai Ibu Bekerja dan Ibu Rumah Tangga". Penelitian ini bertujuan mematahkan stereotype yang buruk antara ibu bekerja dan ibu rumah tangga. Hasil penelitian ini adalah buku ilustrasi jenis trade books non-fiksi dengan genre psikologi, bertema full color dan menggunakan gaya ilustrasi sederhana. Selain itu, terdapat penelitian lain berjudul "Perancangan Buku Ilustrasi Pencegahan Pikun Sejak Dini", yang bertujuan membantu mengurangi jumlah penderita pikun, terutama pada ibu rumah tangga. Hasil penelitian ini menghasilkan buku ilustrasi dengan dominasi warna feminin dan menggunakan gaya ilustrasi kartun. Penelitian lain berjudul "Perancangan Buku Ilustrasi 101 Resep MPASI" Sebagai Edukasi bagi Kalangan Ibu-Ibu" bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu dalam membuat MPASI untuk bayi sesuai tahap pertumbuhannya. Hasil penelitian ini adalah buku ilustrasi dengan gaya ilustrasi realistik menggunakan teknik pewarnaan watercolor. Berdasarkan penelitian tersebut, perancangan buku ilustrasi untuk ibu hamil belum pernah dilakukan sebelumnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan desain buku ilustrasi yang dapat mengedukasi ibu hamil mengenai gizi dan nutrisi yang baik selama masa kehamilan.

METODE PENELITIAN

Perancangan buku ilustrasi edukatif "Gizi dan Nutrisi yang Tepat untuk Ibu Hamil" menerapkan metode kualitatif deskriptif melalui pendekatan *design thinking*, dengan melibatkan lima tahapan proses dalam menjabarkannya, yakni:

1) *Empathize*

Pada tahap ini, tujuan utamanya adalah memahami kebutuhan dan permasalahan pengguna secara mendalam. Tahap ini dapat dilaksanakan melalui observasi, wawancara, kuesioner, studi literatur, dan dokumentasi. Melalui langkah ini, diharapkan dapat diperoleh perspektif pengguna yang lebih komprehensif, yang akan menjadi dasar sebelum melanjutkan ke tahapan berikutnya.

2) *Define*

Setelah mengumpulkan data dari tahap *empathize*, langkah berikutnya adalah menganalisis informasi yang telah diperoleh untuk mendefinisikan masalah utama. Tujuan dari tahap ini adalah merumuskan permasalahan secara jelas dan terfokus pada aspek-aspek yang perlu dipecahkan.

3) *Ideate*

Pada tahap ini, berbagai ide dan solusi potensial akan dihasilkan melalui proses *brainstorming* yang melibatkan tahapan *mind mapping* dan *mood boarding*. Tujuannya adalah mengeksplorasi dan mengembangkan berbagai konsep inovatif, tanpa membatasi kreativitas yang dapat diperoleh.

4) *Prototype*

Pada tahap ini, ide-ide yang telah dipilih dari tahap *ideate* akan diwujudkan dalam bentuk *prototype*. *Prototype* dapat mencakup berbagai elemen seperti ilustrasi, teks, dan desain grafis yang kemudian disimulasikan ke dalam proses perancangan. *Prototype* ini juga memungkinkan pengguna untuk merasakan dan menguji hasil yang telah diajukan, sehingga dapat memberikan umpan balik yang berharga untuk penyempurnaan lebih lanjut.

5) *Test*

Tahap terakhir yaitu menguji *prototype* kepada pengguna untuk mendapatkan umpan balik. Tujuan dari tahap ini adalah memastikan bahwa solusi yang dihasilkan benar-benar memenuhi kebutuhan pengguna dan mampu memecahkan masalah yang telah diidentifikasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

EMPATHIZE

1. **Profile Klien**

Puskesmas Cibinong, yang berlokasi di Jalan Raya Jakarta Bogor Km 47,5 Nanggeler Mekar, Kecamatan Cibinong, Kabupaten Bogor, merupakan salah satu Unit Pelaksana Kesehatan yang didirikan pada tahun 1972 di atas tanah milik Pemerintah Daerah Kabupaten Bogor. Puskesmas berperan sebagai fasilitas pelayanan kesehatan dengan ruang dan sarana penunjang sesuai dengan ketentuan Permenkes No.75 th. 2014. Puskesmas Cibinong memiliki visi yaitu dapat mewujudkan masyarakat yang untuk hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas.

Serta beberapa misi, salah satunya adalah dapat menurunkan kematian ibu dan anak melalui peningkatan upaya program kesehatan ibu dan anak berkualitas.

2. **Product Knowledge**

Buku ilustrasi edukatif "Gizi dan Nutrisi yang Tepat untuk Ibu Hamil" akan digunakan di Puskesmas Cibinong sebagai media untuk menyampaikan pengetahuan mengenai kebutuhan gizi yang optimal untuk kesehatan ibu pada saat masa kehamilan melalui ilustrasi guna meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap kesehatan gizi dan mengurangi kasus stunting pada anak. Buku ini terdiri dari 20 halaman berukuran 21x18 cm dan berisi informasi mengenai kebutuhan dalam menjaga dan memahami asupan gizi dan nutrisi untuk tubuh.

3. **Consumer Insight**

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa ibu hamil lebih menyukai gaya desain dengan ilustrasi kartun yang *colorful*. Mayoritas responden menyatakan bahwa gaya desain kartun dengan warna *colorful* namun tidak mencolok merupakan daya tarik utama. Selain itu, responden lebih memilih *font sans serif* dan *serif*, dan sepakat bahwa kedua *font* tersebut lebih sesuai dan cocok digunakan dalam buku ilustrasi edukatif bagi ibu hamil.

DEFINE

Pada tahap ini, dilakukan Analisis SWOT. Analisis SWOT adalah metode untuk mengenali kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman yang dapat mempengaruhi kelangsungan suatu kegiatan atau operasi perusahaan (Saputra & Kusumaningrum, 2022). Analisis ini didasarkan pada interaksi antara faktor internal dan

eksternal (Anggreani, 2021). Berikut merupakan analisis SWOT yang telah dibuat:

- *Strengths:*

- 1) Pelayanan kesehatan di Puskesmas Cibinong lengkap dengan mencakup poli umum, poli KIA, poli gizi, poli lansia, poli gigi, dll.
- 2) Isi konten untuk perancangan buku ilustrasi edukatif dijelaskan oleh ahli gizi secara mendetail dan terarah.
- 3) Pelayanan dari SDM, khususnya pada bidan di Puskesmas Cibinong, memiliki tingkat profesionalisme yang tinggi.
- 4) Lokasi Puskesmas Cibinong sangat strategis bagi akses transportasi umum, dan ruang tunggunya pun sangat nyaman.

- *Weaknesses:*

- 1) Puskesmas Cibinong kurang informatif terkait alur pemeriksaan kesehatan yang disediakan untuk pasien.
- 2) Buku ilustrasi yang dimiliki oleh Puskesmas Cibinong terkait gizi dan nutrisi hanya berupa visual yang kurang menarik dan tidak memiliki teks sehingga sulit dipahami serta diingat, dikarenakan hanya dijelaskan secara langsung oleh ahli gizi.
- 3) Buku tidak disebar secara luas.

- *Opportunity:*

- 1) Banyak ibu hamil yang sudah memiliki minat terhadap jenis desain pada buku ilustrasi edukatif yang *colorful* dengan *font* yang nyaman untuk dibaca oleh ibu hamil.
- 2) Ibu hamil yang datang ke puskesmas sudah berpendidikan.

- *Threats:*

- 1) Perkembangan Teknologi yang pesat membuat banyaknya informasi terkait gizi

dan nutrisi untuk ibu hamil yang tersedia di media sosial ataupun website.

Berikut merupakan hasil dari analisis matriks SWOT (*Strength, Weaknesses, Opportunity, Threats*):

- Strategi S+O:

- 1) Membuat buku ilustrasi edukatif dengan gaya desain yang *colorful* dan *font* yang nyaman untuk dibaca oleh ibu hamil serta isi konten yang lengkap dan mudah untuk dibaca.

- Strategi W+O:

- 1) Membuat buku ilustrasi edukatif dengan gaya desain *cartoon* yang *colorful* dengan *font* yang nyaman dibaca oleh ibu hamil agar dapat membuat para ibu hamil tertarik dan merasa nyaman saat membaca buku tersebut.

- 2) Membuat buku ilustrasi edukatif yang tidak hanya melalui visual, tetapi memiliki teks yang disajikan secara informatif agar dapat diingat dan dipahami secara jelas oleh ibu hamil.

- Strategi S+T:

- 1) Membuat buku ilustrasi edukatif berbasis cetak dengan isi konten yang lengkap agar mudah dipahami serta dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

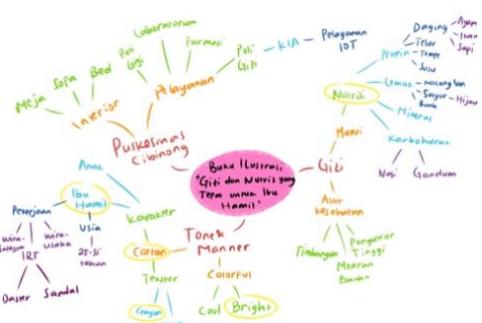
- Strategi W+T:

- 1) Membuat buku ilustrasi edukatif berbasis cetak yang dapat memudahkan ahli gizi di Puskesmas Cibinong dalam menjelaskan isi buku dengan visual yang menarik dan disajikan secara informatif agar para ibu hamil mudah dalam mengingat serta tertarik untuk memahami isi konten pada buku.

IDEATE

1. Mindmap

Mindmap ini disusun berdasarkan konsep desain buku ilustrasi edukatif “Gizi dan Nutrisi yang Tepat untuk Ibu Hamil” yang telah dijelaskan. Berikut adalah tampilan dari *mindmap* yang telah dibuat:



2. Moodboard

Terdapat 3 *moodboard* referensi, diantaranya yaitu *visual*, *character*, dan *layout* yang terbentuk dalam berbagai kumpulan gambar sesuai dengan *key visual* yang telah ditentukan. Berikut merupakan hasil *moodboard* yang telah dibuat:



Gambar 2. Moodboard

Sumber: Pinterest

3. Sketsa Manual

Visualisasi tahap awal dilakukan dalam bentuk sketsa manual berupa sketsa *cover*, sketsa *character*, dan sketsa *layout*. Berikut adalah tampilan dari sketsa manual yang dihasilkan:



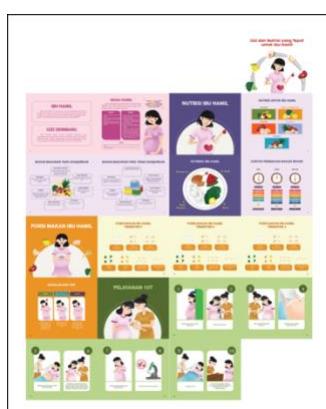
Gambar 3. Sketsa Manual
Sumber: Dokumentasi Pribadi

4. Sketsa Digital

Desain sketsa manual kemudian di digitalisasi hingga membentuk tampilan desain *layout* yang lengkap. Berikut adalah tampilan dari sketsa digital yang dihasilkan:



Gambar 4. Cover
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 5. Halaman Isi
Sumber: Dokumentasi Pribadi

PROTOTYPE

Pada tahap *prototype*, desain dicetak sebagai *output* yang dapat dipegang dan dibaca secara langsung. Buku ilustrasi ini menggunakan *hard cover* dengan laminasi *doff*, sedangkan untuk isi halaman menggunakan *matte paper* dengan ketebalan 150 gsm. Dalam proses pencetakan, setiap sisi halaman memiliki *bleed* sebesar 0,5 cm. *Layout* pada buku ilustrasi ini memiliki ukuran 21x18 cm dengan *margin* sebesar 1,27 cm.



Gambar 6. Prototype
Sumber: Dokumentasi Pribadi

TEST

Berdasarkan hasil *testing*, klien menyatakan kepuasan terhadap isi buku, kemudahan dalam membuka dan menutup buku, serta kualitas bahan dan ketebalan kertas. *Font* dan warna yang digunakan juga dinilai sesuai dengan harapan. Pada hasil *testing* dengan ibu hamil menunjukkan bahwa keterbacaan teks, ilustrasi, dan penggunaan warna telah memenuhi kebutuhan mereka. Pemilihan ilustrasi kartun dengan warna-warna cerah yang *colorful* tetapi tidak mencolok berhasil membuat ibu hamil merasa terhibur dan tidak bosan saat membaca buku ilustrasi ini.

FINAL ARTWORK

Sketsa digital yang telah dibuat kemudian difinalisasi menjadi *final artwork*, yang berukuran 21x18 cm serta memiliki 20 halaman, dengan menggunakan *font serif* dan *sans serif*, dengan gaya ilustrasi kartun dan *tone* warna yang cerah. Desain ini menggunakan *layout* yang minimalis dengan *grid manuscript* dan *grid hierarchical* pada *layout*, serta menerapkan prinsip dan elemen desain sesuai dengan konsep yang telah ditentukan.



Gambar 7. Final Artwork
Sumber: Dokumentasi Pribadi

SIMPULAN

Buku ilustrasi edukatif "Gizi dan Nutrisi yang Tepat untuk Ibu Hamil" memiliki konsep desain yang colorful dan simple, serta menggunakan gaya ilustrasi kartun dengan *layout* yang minimalis. Dari perancangan buku ilustrasi edukatif ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil terhadap pentingnya asupan gizi dan nutrisi selama masa kehamilan, serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi. 2019. *Kehamilan, Janin, & Nutrisi*. Diakses tanggal 29 Mei 2024.
- Ariendha, dkk. 2022. *Peningkatan Pengetahuan Tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil*.

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Indonesia
Universitas Gajah Putih. Vol 1 (6). Hal 75-81.

Sakti, Hotimah. 2023. *Pemanfaatan Buku Teks Sejarah Oleh Guru*. Jambura History and Culture Journal, Vol 5 (2). Hal 56-69.

Kuncayono, Annadia. 2020. *Pengembangan buku edukasi kreatif tematik untuk siswa sekolah dasar*. Jurnal Pendidikan Profesi Guru. Vol 1 (2). Hal 121-129.

Saputra, Kusumaningrum. 2022. *Analisis SWOT Penggunaan Media Online Instagram Sebagai Alat Promosi di Cafe Kopipapi Jakarta Selatan*. Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, dan Akuntansi). Vol 6 (3). Hal 1802-1818.

Anggreani. 2021. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi SWOT: Strategi Pengembangan SDM, Strategi Bisnis, dan Strategi MSDM (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Sumber Daya Manusia)*. Jurnal Ekonomi Manajemen Sistem Informasi. Vol 2 (5). Hal 619-629

