

BAB III

DIESKRIPSI YANG DIHASILKAN

A. Nama Projek Luaran

Nama project yang akan dihasilkan berupa sebuah hasil luaran yaitu “video” dengan judul “ kurangi rasa nyeri haid (disminore) dengan pijat minyak aromaterapi lavender”. Penulis memilih luaran video untuk memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi kepada masyarakat umum khususnya pada wanita. Media informasi video ini dirasa sangat cocok untuk membahas upaya penanganan nyeri haid.

B. Tujuan Projek Luaran

Tujuan dibuatnya media video ini untuk memudahkan wanita yang mengalami nyeri haid (disminorea primer) memahami bagaimana cara mengurangi rasa nyeri menggunakan rileksasi pijat aroma terapi lavender agar rasa nyeri tidak semakin mengganggu aktivitas. Manfaat dari booklet untuk memberi pengetahuan kepada masyarakat khususnya wanita yang sering mengalami nyeri haid (disminorea primer).

C. Keaslian Karya Projek

Berdasarkan penelusuran kepustakaan, penulis menemukan beberapa karya yang sudah pernah dibuat peneliti lain berhubungan dengan penurunan nyeri haid (disminorea primer) dengan menggunakan pijat aroma terpai lavender, antara lain :

1. Rezmajooee. D. DKK 2015. (*Journal of nursing*). Jenis karya yang telah dibuat yaitu *The Effect Of Aromatherapy Massage With Lavender Oil Severity Of Primary Dysmenorrhea In Arsanjan Students*
 - a. Persamaan

Isi penelitan yang sama yaitu pengertian pijat, minyak lavender, manfaat pijat minyak lavender, kandunga pijat, minyak lavender

b. Perbedaan

Media yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode uji klinis pada siswa yang memenuhi syarat tingkat nyeri diukur dengan *Visual Analogue Scala* (VAS).

2. Ajhara. S. D. 2020. (Youtube). Jenis karya yang dipublikasikan yaitu video dengan judul “pemberian massage effleurage minyak aromaterapi Bunga mawar terhadap nyeri disminore”

a. Persamaan

Isi media yang sama yaitu pengertian pijat, manfaat massage, cara pijat effleurage

b. Perbedaan

Isi media yang berbeda yaitu minyak aromaterapi yang digunakan, minyak aromaterapi yang digunakan adalah minyak aromaterapi bunga mawar

D. Deskripsi Desain Projek Luaran

1. Tahap praproduksi

a. Penentuan ide/eksplorasi gagasan

Banyaknya wanita yang mengalami nyeri haid, maka penulis mendapatkan ide untuk membuat sebuah media yaitu video dengan judul “kurangi rasa nyeri haid (disminore) dengan pijat minyak aromaterapi lavender”.

b. Penyusunan garis besar isi media video

Table 3.1 penyusunan garis besar isi media video

No	Kompetensi dasar	indikator	Materi pokok	Penanganan konsep
----	------------------	-----------	--------------	-------------------

1. Mampu Menjelaskan tentang nyeri haid (dismonore) Mengetahu tentang disminorea Apa itu disminorea? Melalui video

Mampu menjelaskan disminore akibat	Mangetahui mengetahui akibat disminorea	Apa saja akibat disminorea?
------------------------------------	---	-----------------------------

Mampu menjelaskan penanganan disminore	Mangetahui menjelaskan penanganan untuk disminorea	Bagaimana cara penanganan disminorea?
--	--	---------------------------------------

Mampu mempraktikan penangan pijat reflesi untuk menangani disminore	Mengetahui cara penanganan disminorea dengan pijat minyak aromaterapi lavender	Bagaimana pijat minyak aromaterapi?
---	--	-------------------------------------

b. Penyusunana jabaran meteri video

1. Apa itu disminore?
2. Kenapa disminore harus diobati?
3. Apa saja penanganan disminorea?
4. Bagaimana teknik pijat effeluage menggunakan minyak aromaterapi lavender?

c. Penyuusnan naskah

Table 3.2 penyusunana naskah

No	Visual	Audio
1	<p>Caption :</p> <p>Sampul “kurangi rasa nyeri haid (disminore) dengan pijat minyak aromaterapi lavender’</p> <p>Salam perkenalan</p>	<p>Musik, pembukaan, live & teks</p>
2	<p>Sajian materi</p> <p>“apa itu disminore?”</p> <p>Disminorea adalah nyeri saat haid, biasanya rasa kram terpusat di abdomen (perut). Kaluhan nyeri haid biasanya terjadi bervariasi mulai dari yang ringan sampai berat, keparahan nyeri haid lama. (Anwar dkk, 2011)</p>	<p>Dubling & teks</p>
3	<p>“ kenapa disminorea harus di obati?”</p> <p>Seorang wanita yang mengalami nyeri haid (disminorea) akan mengalami sensasi tidak nyaman, yang dapat mengganggu aktivitas dan harus beristirahat. Sehingga mengakibatkan penderita menunda ataupun meninggalkan pekerjaan dan aktivitas selama berjam-jam, sehingga wanita yang mengalami disminorea kehilangan produktivitas yang penting dalam setiap tahunnya.</p>	<p>Dubling & teks</p>
4	<p>“apa saja penanganan disminorea?”</p> <p>Terdapat 2 macam penanganan disminorea</p>	<p>Dubling & teks</p>

1. Penanganan secara farmakologi ; dengan pemberian obat analgetik, terapi hormonal, dan obat nonsteroid
2. Penanganan secara non farmakologi ;
 - a. Olahraga rutin
 - b. Memberikan kompres air hangat
 - c. Aromaterapi
 - d. pijatan

5 “Bagaimana teknik pijat effluage Teks, dubling, menggunakan minyak aromaterapi virtual gambar lavender?”

1. perkenalan alat : minyak aromaterapi lavender, handuk kecil, selimut, bad/matras.
 2. Buka pakaian pasien dengan tetap menjaga privasi pasien
 3. Tuang minyak aromaterapi lavender ke salah satu telapak tangan, lalu ratakan ke kedua tangan
 4. Mulai melakukan pijat effluage dari perut bawah di atas mons pubis
 5. Tekan keatas menuju bagian umbilicus/ perut atas
 6. Tekan perut samping
-

7. Kembali ke monspubis

6	Salam dan penutup	Live & teks
---	-------------------	-------------

e. Pengkajian naskah

Pengkajian naskah dipilih sesuai teori, Bahasa yang di gunakan harus mudah dipahami oleh masyarakat khususnya wanita dan media harus menarik agar suka dengan media yang dibuat.

2. Tahap produksi

Setelah tahapan pra produksi selesai dan menghasilkan produk berupa naskah, maka tahap produksi yang terdiri dari beberapa tahapan yang harus dilakukan yaitu :

a. Remukan naskah

Setelah dibuatnya naskah, sutradara menerima dan mempelajari naskah. Rembukan naskah diperlukan untuk menyamakan persepsi pemahaman naskah, sehingga apabila naskah di produksi diharapkan tidak terjadi kesalahan yang fatal. Hasil rembukan naskah adalah sutradara memahami naskah dengan baik sesuai dengan kemauan penulis, pengkajian materi, Bahasa.

b. Penentuan tim produksi

- 1) Produser : Aulia Oxtavi Heni
- 2) Cameramen : Aulia Oxtavi Heni dan Reza Oktari
- 3) Editor : Aulia Oxtavi Heni
- 4) Penataan music : Aulia Oxtavi Heni

c. Cating pemain

Saya sendiri Aulia Oxtavi Heni menjelaskan materi secara live, dubling dan teks pada video

d. Lokasi syuting

Di ruang kost saya sendiri Aulia Oxtavi Heni dan mini hospital Universitas Aisyiyah Surakarta.

e. Crew Meeting

Di dalam pertemuan ini dilakukan persiapan yang sudah dan sedang dilakukan serta mencari solusi permasalahan yang belum terselesaikan.

f. Pengambilan Gambar

Setelah langkah persiapan semua selesai, langkah selanjutnya yaitu pengambilan gambar menggunakan camera selanjutnya diolah dalam

Program yang telah dipilih untuk membuat video dan menambahkan gambar animasi.

3. Tahap Pasca Produksi

Setelah pengumpulan video dan hasil suara produksi atau syuting diterima oleh editor maka langkah selanjutnya yaitu tahap pemilihan video dan suara yang baik. Kemudian video dan suara disambung –sambung tahap ini meliputi :

a. Editing (pengambilan/pemilihan gambar)

Video diedit menggunakan aplikasi *InShot*, *Canva*, , *Power Point 2010*

b. Mixing (pengambilan musik)

Pengisian musik yang dimasukkan kedalam video juga menggunakan aplikasi yang sama seperti diatas dan dengan menyetarakan suara sendiri.

c. Preview

Sebelum hasil video di upload ke media sosial video di periview terlebih dahulu oleh dosen pembimbing jika ada kesalahan maka bisa untuk dilakukan revisi terlebih dahulu.

d. Revisi

Jika video sudah uji coba dan ada beberapa kritikan maka penulis akan mengubah sesuai dengan kritikan atau masukan yang sudah diberikan

e. Penyiaran atau Distribusi

Hasil akhir dari kegiatan ini adalah video yang siap untuk dilihat dan diambil manfaatnya oleh masyarakat.