

BAB III

DISKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN

A. Jenis Media

KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) yang dimaksudkan adalah sebagai bentuk kegiatan komunikasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga khususnya ibu hamil dalam menghadapi hiperemesis gravidarum. Luaran yang dihasilkan adalah media buku saku pedoman yang ditujukan sebagai media pendidikan kesehatan. Pada umumnya proses pendidikan kesehatan ini tidak secara langsung disampaikan melainkan menggunakan bantuan media.

Media sendiri adalah alat bantu yang dipergunakan untuk memperagakan sesuatu dalam proses pendidikan, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuan dan harapannya di hasil akhir mereka dapat merubah perilaku ke arah yang lebih baik terhadap kesehatan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia buku saku adalah buku berukuran kecil yang dapat disimpan dalam saku dan mudah dibawa kemana-mana. Selain itu, buku saku juga bisa diartikan buku dengan ukurannya yang kecil, ringan, dan bisa disimpan di saku sehingga praktis untuk dibawa kemana-mana dan kapan saja bisa dibaca (Asyhari A, dkk. 2016).

B. Waktu dan Pembuatan Media

1. Waktu pembuatan media Proses pembuatan media dilakukan pada Bulan Mei sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Lokasi pembuatan media proses pembuatan buku saku ini dilakukan di Surakarta, Jawa Tengah.

C. Tema dan Judul Media

Buku saku ini mengangkat tema tentang kesehatan selama masa kehamilan yang dikhususkan pada masalah mengenai hiperemesis gravidarum, judul dalam media ini adalah “*Essential Oil Peppermint Untuk Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil*”. Buku saku ini berisikan materi pendidikan

kesehatan berupa kehamilan trimester pertama, hiperemesis gravidarum dan cara penggunaan *essential oil peppermint*.

D. Tujuan

Buku saku ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada pembaca atau masyarakat tentang cara penggunaan *essential oil peppermint* dapat menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil, agar supaya tidak mengakibatkan adanya gangguan fungsi alat-alat vital seperti ginjal dan hati, dehidrasi, kekurangan nutrisi dan komplikasi lainnya dan ibu hamil dapat mempraktikkan secara mandiri dirumah

E. Sasaran

Buku saku ini ditujukan kepada semua ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum. Buku saku ini juga dapat bermanfaat bagi pasangan yang baru saja menikah.

F. Ketentuan Buku Saku

Berikut adalah uraian desain yang akan dimuat dalam buku saku:

1. Gambar

Gambar yang akan dimuat dalam buku saku ini berupa gambar tentang peralatan yang digunakan untuk pembuatan inhalasi sederhana aromaterapi *essential oil peppermint* yang bertujuan untuk mempermudah bagi pembaca dalam pembuatan. Gambar ini dihasilkan melalui kamera yang difoto oleh penulis.

2. Desain

Buku saku dibuat dengan menggunakan perangkat lunak komputer *microsoft office word 2007*, dengan memuat judul buku saku, daftar isi, prakata, glossary, isi buku atau materi yang akan dibahas, penutup serta referensi yang digunakan. Buku saku ini dibuat dengan beckground warna hijau dan ada gambar daun mint dan dibuat full colour sehingga dapat menarik perhatian.

3. Font

Font atau jenis huruf yang digunakan pada buku saku ini adalah *Comic Sans Ms*, dengan judul buku menggunakan size 12 pt dan isinya size 9 pt.

4. Warna

Warna yang digunakan dalam buku saku dominan warna hijau.

5. *Lay Out*

Lay out pada buku saku ini menggunakan ukuran 10cm x 13cm yang terdiri dari jumlah halaman 22 yaitu kelipatan dari 4. Margin rata kanan kiri.

6. *Highlight*

Highlight atau bagian yang paling mencolok utama dalam buku ini adalah dalam judul.

G. Pokok Bahasan

Isi dari buku saku ini antara lain tentang:

1. Judul atau *cover*
2. Prakata
3. Daftar isi
4. Materi tentang kehamilan trimester pertama, hiperemesis gravidarum, aromaterapi peppermint dan cara penggunaan *essenstial oil peppermint*
5. Kata penutup
6. Daftar pustaka

H. Gambar Cover dan Isi Inti





adrenalin, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stres, keseimbangan tubuh dan pernafasan (Runiari, 2010)

B. Inhalasi Sederhana Aromaterapi Peppermint

Aromaterapi peppermint termasuk dalam marga labiatae yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau mentol yang mendalam, peppermint mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang andal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas di perut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan. Aromaterapi memberikan

ragam efek bagi penghirupnya. Seperti ketenangan, kesegaran bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual dan muntah (Zuraida dan Sari, 2017)

Peppermint atau mint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan methone (10-30%) yang tinggi. Peppermint telah lama dikenal memberi efek karminatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointestinal dan saluran empedu, selain itu peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak essential yang memiliki efek farmakologis (Yuli, 2016).

C. Standar Operasional Prosedur (SOP)
cara penggunaan inhalasi aromaterapi
essential oil peppermint menurut (Yuli
2016; Kartikasari 2017)

1. Pensiapan

- a. 4 tetes *essential oil* peppermint



- b. 20 ml air matang
c. Tissue kering
d. Takaran

14

- e. Botol Spray



2. Cara pembuatan:

- a. Masukkan air matang kedalam
gelas ukur atau takaran hingga
20 ml lalu tuang ke dalam botol
spray.

15



- b. Setelah air matang dituang kedalam botol spray teteskan 4 tetes *essential oil* peppermint
 - c. Aduk atau kocok campuran air matang dan *essential oil* peppermint tersebut
3. Cara penggunaan:
- a. Frekuensi pemberian inhalasi aromaterapi *essential oil* peppermint sehari 2 kali
 - b. Ketika ibu hamil mengalami mual-mual semprotkan *essential oil* peppermint tersebut ke tissue kering
 - c. Hirup secara langsung selama 5-10 menit