

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Menstruasi merupakan suatu peristiwa keluarnya darah pada rahim akibat perubahan hormon yang terjadi tanpa henti, hal tersebut mengacu pada terbentuknya *endometrium*. terdapat beberapa jenis gangguan haid salah satunya yaitu dismenore. Dismenore (nyeri haid) merupakan gangguan yang sering dialami wanita saat sedang datang bulan dan seringkali dialami oleh remaja yang baru mendapati haid pertamanya sampai usia dewasa awal. Walaupun dismenore normal terjadi, namun masih banyaknya remaja menangani secara mandiri sehingga kurangnya pengawasan dalam mendapati penanganan yang sesuai.

Terdapat jenis-jenis dismenore yaitu dismenore primer dan sekunder, dismenore primer merupakan nyeri haid yang masih digolongkan normal namun dismenore sekunder merupakan nyeri haid yang patut dipantau dikarenakan menjadi salah satu tanda adanya gangguan *endometriosis*. Diagnosis akan *endometriosis* (dismenore sekunder) dapat menjadi faktor penyebab wanita mengalami infertilitas.

Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis merancang buklet panduan mengenai dismenore pada usia 14-23 tahun yang diharapkan agar remaja dapat mengenali lebih dalam terkait tata cara yang benar dalam menangani gangguan tersebut dan membuat remaja lebih waspada akan terkenanya gangguan reproduksi.

Penulis melakukan penelitian dengan menggunakan pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, penulis menemukan bahwa Sebagian besar remaja mengalami nyeri haid yang intens namun masih menangani nyeri haid mereka dirumah dengan metode sederhana seperti penggunaan kompres hangat, berbaring serta pengkonsumsian obat-obat nyeri haid yang dijual tanpa adanya konsultasi lebih dalam dengan ahli spesialis.

Dalam memulai perancangan, penulis menggunakan teori landa (2014) dengan merancang buklet berukuran A5 untuk memudahkan tingkat keterbacaan. Warna yang digunakan menggunakan warna pastel dan warna yang tidak dominan, hal tersebut mengacu pada *big idea* dan *tone of voice*. Buklet berjumlah 36 halaman dan menggunakan *layout multicoloumn grid* agar penempatan elemen lebih fleksibel, tipografi yang digunakan berjenis sans-serif agar memberikan kesan yang tidak kaku dan kasual, gaya ilustrasi juga mengacu pada prefensi gen-z yaitu *flat illustration*.

Untuk mendukung keperluan promosi, penulis menentukan media sekunder berupa merchandise (*tote bag*, pin, & pulpen) , *gimmick* (*bookmark* & lembar aktivitas), *social media* (*Instagram feeds*), media cetak (*poster* & *x-banner*) dan media digital (*web-banner*).

## 5.2 Saran

Setelah penulis melakukan keseluruhan dari proses perancangan, diperoleh beberapa saran dan kritik untuk perancangan buklet panduan mengenai dismenore pada usia 14-23 tahun. Pertama, perancangan sampul buku sebaiknya dibuat lebih menonjolkan dan melibatkan kepada target wanita dewasa untuk dapat memberi peringatan dan informasi akan dismenore sekunder. Kedua, sebaiknya dipertimbangkan dalam pemilihan media *e-book* atau buku fisik kepada target remaja yang lebih memilih kepraktisan pada penggunaan gadget dalam mencari informasi. Ketiga, perlu dilakukan riset yang lebih mendalam sebelum merancang buklet, apakah sudah adanya eksistensi perancangan buku terkait topik yang sama atau belum. Keempat, pada media sekunder, pemilihan grid dapat menggunakan jenis *single coloumn grid*.

Selain itu, saran yang penulis dapat berikan kepada pembaca maupun peserta tugas akhir lainnya yang ingin mengambil output atau topik yang serupa. Yang pertama, dalam menentukan topik, pilihlah topik yang kalian minati dan sudah memiliki gambaran untuk output yang dirancang dari topik pilihan kalian tersebut agar tidak bingung saat pengerjaan berlangsung. Kedua, lakukan riset sedalam-dalamnya seperti membaca studi literatur, jurnal maupun buku yang dapat

mendukung *statement* yang akan kalian angkat. Ketiga, dalam merancang buku, pilihlah jenis buku yang sesuai dengan target dan topik yang kalian tuju, tentukan *copywriting* nya dan narasumber yang dirasa memiliki informasi yang lengkap terkait topik yang kalian minati sehingga dapat membantu kalian menentukan isi konten yang ingin dibahas. Keempat, dalam mencetak buku, pilihlah vendor yang berkualifikasi dalam hal percetakan buku dan periksa kembali tiap halaman buku yang hendak dicetak agar tidak ada halaman yang salah ataupun tertinggal sehingga kalian dapat menghemat pengeluaran dan waktu. Kelima, pilihlah media sekunder yang berhubungan dengan buku yang dirancang dan pertimbangkan penggunaan media sekunder tersebut. Keenam, penulis menghimbau kepada pembaca yang mengalami dismenore. jika nyeri yang dirasakan bertambah intens, ada baiknya melakukan pemeriksaan kedokter untuk mendapati penanganan yang sesuai dan jangan hanya tergantung dengan penggunaan obat-obatan tanpa adanya resep dari ahli.

