

# PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF TENTANG MENSTRUASI PERTAMA UNTUK ANAK PEREMPUAN USIA 9-12 TAHUN

**Nelly Tania Malinda<sup>1</sup>, Maria Nala Damajanti<sup>2</sup>, Cindy Muljosumarto<sup>3</sup>**

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, Universitas Kristen Petra  
Jalan Siwalankerto 121-131, Surabaya  
Email: nellytaniaa@gmail.com

## Abstrak

Menstruasi pertama merupakan salah satu peristiwa yang dialami oleh anak perempuan pada masa pubertas, yaitu ketika berada pada usia 9-12 tahun. Topik mengenai menstruasi masih dianggap hal yang tabu untuk dibicarakan antara orang tua dengan anak. Padahal penanganan menstruasi yang salah dapat berakibat buruk bagi wanita. Pada masa sekarang ini, anak sudah bosan dengan pembelajaran yang bersifat penjelasan teori sehingga pesan yang disampaikan kurang efektif. Maka dari itu diperlukan media pembelajaran yang berbeda dengan pelajaran sehari-hari. Perancangan berbentuk buku interaktif ditujukan dan diujicobakan pada anak perempuan usia 9-12 tahun agar mereka dapat memahami tentang perubahan pada diri mereka, khususnya menstruasi pertama, serta dapat menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi sejak dini.

**Kata kunci:** menstruasi pertama, anak perempuan, buku interaktif

## *Abstract*

***Title: Interactive Book Design about First Period for 9-12 year-old Girls***

*The first period is one of the puberty events that experienced by girls when they were at the age of 9-12 years. The topic of menstruation is often considered taboo to be discussed between parents and children. Though handling period in wrong way can be bad for women. Nowadays, children are bored of learning from explanatory theories so that the message delivered less effective. Therefore it is required a different learning media with daily lessons. Interactive book design aimed and tested on girls ages 9-12 years so they can understand about changes in themselves, especially about first period, and can maintain the hygiene of their body during period from an early age.*

***Keywords:*** first period, girls, interactive book.

## Pendahuluan

Pubertas menurut Santrock (2003) adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang pada umumnya terjadi selama remaja awal. Puber berasal dari kata latin *pubescere* berarti mendapat *pubes* atau rambut kemaluan yaitu suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual (Panuju & Umami, 1999). Masa puber adalah suatu masa perubahan yang dialami oleh remaja di mana terjadinya perubahan fisik, hormonal, dan seksual, serta mampu melakukan proses reproduksi. Menurut Proverawati dan Misaroh (2009), pada masa pubertas pertumbuhan dan perkembangan

berlangsung dengan cepat sehingga kematangan alat-alat seksual dan kemampuan reproduksi dapat tercapai pada masa ini (dalam Fajri & Khairani, 2011). Bagi anak perempuan, biasanya ditandai dengan payudara yang mulai membesar, tumbuhnya rambut di bawah ketiak dan di sekitar daerah kemaluan, bertambahnya tinggi badan dalam waktu yang singkat, dan mulai munculnya jerawat serta menstruasi.

Hurlock (2004) menyatakan bahwa kriteria yang sering digunakan untuk menentukan masa pubertas adalah munculnya menstruasi pertama (*menarche*) pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki. Menurut Waryana (2010), *menarche*

biasanya terjadi pada perempuan usia 12-13 tahun dalam rentang umur 10-16 tahun. Namun dalam perkembangan, karena faktor gizi, usia, anak mengalami *menarche* cenderung lebih awal (Esty, 2013). Saat mengalami *menarche*, anak bisa mengalami ketidaknyamanan seperti nyeri pada pinggang atau perut, *mood* yang kurang stabil, nyeri pada payudara, atau bahkan pusing (“Menstruasi”). Menurut Llewellyn-Jones (2005), menstruasi pertama (*menarche*) adalah peristiwa terpenting yang terjadi pada masa remaja (dalam Fajri & Khairani, 2011).

Data yang diperoleh dari Depkes RI tahun 2012 menunjukkan hasil RISKESDAS Indonesia tahun 2012 yang menyatakan bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun, dengan *menarche* lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat sampai dengan usia 17 tahun. Di Jawa Timur, khususnya di kota Surabaya, sekitar 0,1% remaja putri mengalami *menarche* lebih awal pada usia 6 sampai 8 tahun, dan sekitar 26,3% lainnya mengalami *menarche* pada usia lebih dari 14 tahun (dalam Mahmudah, R. T., 2014).

*Menarche* atau haid pertama bisa dikatakan menjadi saat yang cukup menyusahkan bagi perempuan. Program yang diberikan oleh lembaga pendidikan biasanya berupa penjelasan informasi mengenai anatomi dan gejala yang dialami selama masa pubertas ini terjadi. Padahal pubertas pada perempuan tidak hanya mengenai menstruasi pertama saja namun juga bagaimana cara merawat tubuh ketika menstruasi, mulai dari memilih pembalut yang sesuai hingga sampai dengan cara membuangnya. Dokter Ariefandy Pambudi, SpOG, mengatakan bahwa jangka waktu penggantian pembalut juga merupakan hal yang penting, karena dalam pembalut yang tidak diganti akan muncul mikroorganisme yang dapat mengakibatkan infeksi maupun keputihan berlebih pada alat kemaluan wanita. Maka dari itu menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi harus dilatih sejak pengenalan menstruasi pertama.

Kurangnya pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya pada anak perempuan dapat memicu munculnya berbagai masalah. Salah satu kasus yang pernah terjadi di salah satu sekolah dasar di Surabaya yaitu adanya siswi SD yang tidak sadar mengalami menstruasi sehingga mengalami ‘bocor’ namun tidak segera menuju UKS untuk meminta penanganan lebih lanjut. Selain itu, edukasi yang biasa dilakukan di sekolah dasar didominasi dengan penjelasan secara teori saja mengenai reproduksi dan narkoba. Masih belum ada media informasi yang spesifik membahas tentang menstruasi pertama (*menarche*) untuk anak perempuan sebagai media yang dapat menjadi panduan dalam memasuki masa pubertas mereka, meskipun pengetahuan mengenai *menarche* penting dan diperlukan

mengingat adanya perubahan pada diri seorang perempuan, khususnya berada di jenjang kelas 4 hingga 6 Sekolah Dasar. Perubahan tubuh remaja dianggap suatu hal yang ganjil serta membingungkan mereka (Gunarsa, 2003). Selain perubahan tubuh, seseorang yang akan atau sedang mengalami menstruasi juga mengalami perubahan mental (Khuzaiyah, 2015). Pengetahuan mengenai *menarche* lebih sering ditemui melalui jurnal dan buku-buku yang lebih ditujukan untuk orang dewasa. Penjelasan mengenai *menarche* juga banyak melalui internet namun dalam bentuk artikel yang kurang sesuai dengan anak perempuan yang baru masuk dalam masa pubertas.

Berdasarkan beberapa masalah di atas, maka dipandang perlu dirancang media informasi yang sesuai untuk anak perempuan usia 9 hingga 12 tahun. Meskipun banyak sumber informasi yang bisa didapat dengan cara mengakses internet, buku tetap merupakan sumber informasi yang tingkat akurasinya lebih tinggi sehingga dianggap tetap diperlukan bagi anak. Buku yang dilengkapi dengan ilustrasi, warna, dan *layout* yang menarik memiliki kelebihan khusus yaitu memudahkan anak mencerna topik yang sedang dibahas karena pada dasarnya otak manusia lebih cepat dan mudah mengingat gambar dan warna (Tony Buzan, 2007, p. 7). Prasetyo (2006) mendefinisikan ilustrasi adalah pesan atau informasi yang dikemas dalam bentuk gambar sehingga menjadi jauh lebih efisien jika dibandingkan dengan informasi dalam bentuk simbol verbal. Buku juga mudah dibaca di mana saja, bisa disimpan untuk dibaca berulang oleh semua kalangan, serta tidak membuat mata lelah seperti ketika membaca artikel melalui layar *gadget*. Target perancangan adalah anak perempuan usia 9 hingga 12 tahun mengingat *menarche* paling banyak dialami oleh siswi kelas 4 hingga 6 Sekolah Dasar sehingga informasi yang disampaikan lebih efektif.

Rumusan masalah dari perancangan adalah bagaimana merancang buku interaktif tentang menstruasi pertama untuk anak perempuan usia 9-12 tahun, kemudian tujuan dari perancangan sendiri adalah merancang buku interaktif tentang menstruasi pertama untuk anak perempuan usia 9-12 tahun.

Diperlukan data-data yang dikumpulkan untuk mendukung perancangan. Data tersebut dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder. Metode pertama yang digunakan untuk mengumpulkan data primer adalah dengan cara wawancara yang dilakukan dengan guru sekolah dasar, ginekolog, psikolog, dan juga orang tua yang memiliki anak perempuan usia 9-12 tahun. Wawancara ini bertujuan agar memperoleh data-data mengenai menstruasi pertama dan bagaimana menyajikan informasi yang efektif kepada anak

perempuan di usia 9-12 tahun. Hasil dari wawancara juga untuk mendukung informasi yang akan disampaikan pada target. Metode kedua yang digunakan dalam pengumpulan data primer adalah dengan pembagian kuesioner kepada sasaran agar dapat mewujudkan perancangan yang sesuai dan konten dapat tersampaikan secara efektif pada sasaran.

Data sekunder diperoleh dari sumber-sumber yang sudah ada sebelumnya yang meliputi media cetak, internet, dan dokumentasi data. Informasi yang bersumber media cetak didapat dari jurnal, karya tulis, artikel dari majalah, buku, dan juga koran yang dapat mendukung pembelajaran berkaitan dengan menstruasi. Pengumpulan data melalui internet digunakan sebagai pelengkap dari informasi yang sudah didapat dari media cetak karena data yang terus *di-update* sehingga sesuai dengan perkembangan saat ini. Data dilengkapi dengan gambar yang diambil dengan kamera maupun melalui internet yang digunakan sebagai referensi serta inspirasi dalam pembuatan perancangan.

Metode analisa data yang digunakan adalah metode kualitatif, yang kemudian dianalisa secara deskriptif menggunakan metode 5W1H. Metode 5W1H dilakukan dengan cara mengelompokkan data ke 3 poin utama, yaitu mengenai menstruasi pertama, penanganan menstruasi pertama, dan pentingnya merawat tubuh ketika menstruasi sejak dini.

## Pembahasan

Desmita (2006) mendefinisikan bahwa perubahan ciri-ciri seks primer pada anak perempuan biasanya ditandai dengan munculnya periode menstruasi yang disebut dengan *menarche*. Menstruasi merupakan salah satu peristiwa penting dalam rentang kehidupan yang harus diketahui oleh anak perempuan. Hal ini dikarenakan menstruasi tidak datang sekali saja kemudian menghilang dalam kehidupan perempuan namun terdapat siklus menstruasi yang datang setiap bulan. Dalam setiap siklus, perempuan harus selalu mempersiapkan diri mulai dari hari pertama sampai dengan hari terakhir. Masa menstruasi ini juga berkaitan dengan hal-hal penting lainnya seputar menstruasi seperti menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh selama menstruasi. Menstruasi pertama atau *menarche* pada anak perempuan di masa sekarang banyak terjadi lebih awal jika dibandingkan dengan *menarche* pada masa-masa sebelumnya. Dari beberapa wawancara dan penelitian yang dilakukan di sekolah-sekolah, menstruasi pertama sudah dialami oleh anak perempuan mulai kelas 4 SD (usia 9 tahun) sedangkan materi tentang menstruasi untuk anak usia tersebut tidak mudah ditemukan karena masih dianggap hal yang tabu

untuk dibicarakan. Pengetahuan mengenai menstruasi yang diberikan sejak dini tentu akan membantu anak untuk dapat mempersiapkan diri sehingga dapat meminimalkan terjadinya kasus-kasus yang berkaitan dengan menstruasi pertama.

Pembelajaran mengenai menstruasi pertama dipandang kurang efektif karena hanya dilakukan melalui sekolah, di mana hanya beberapa sekolah tertentu yang melakukan penyuluhan mengenai menstruasi pertama. Materi yang diberikan mayoritas berasal dari pelajaran mengenai reproduksi di kelas 6 Sekolah Dasar. Seharusnya orang tua yang menjelaskan dan mempersiapkan anak mengenai menstruasi pertamanya, namun tidak dapat dipungkiri bahwa orang tua juga bingung bagaimana cara untuk mulai menjelaskan mengenai menstruasi pertama pada anak perempuannya serta adanya rasa canggung. Selama ini, sudah terdapat beberapa media yang telah memuat informasi mengenai menstruasi pertama dalam berbagai bentuk, seperti dengan adanya *website*, buku, dan video. Namun sebagian besar media lebih ditujukan untuk dewasa. Media yang ditujukan untuk remaja dan dewasa sebagian besar berisi teks dan sisanya berupa gambar-gambar ilmiah. Karena itu, diperlukan buku interaktif untuk anak perempuan mengenai menstruasi pertama yang juga dapat digunakan sebagai media penghubung antara orang tua dengan anak serta membantu orang tua mulai memperkenalkan menstruasi pertama yang akan dialami oleh anak setiap bulannya. Menurut psikolog Ibu Eli Prasetya, anak di rentang usia 9 hingga 12 tahun juga lebih memahami buku bergambar dibandingkan dengan buku teks seperti buku pelajaran sehari-hari. Buku dilengkapi ilustrasi yang lucu sehingga mudah diingat. Anak usia 9 hingga 12 tahun juga sudah bisa membaca dan memahami kalimat panjang seperti 3 hingga 4 kalimat dalam satu paragraf dengan bahasa yang ringan yang sesuai untuk anak-anak.

Topik yang dibahas dalam perancangan yaitu mengenai menstruasi pertama dan panduan menjaga kebersihan saat menstruasi sejak dini yang mudah diterapkan serta disesuaikan untuk anak perempuan usia 9-12 tahun. Konten dibagi menjadi beberapa sub pokok bahasan antara lain:

- Menstruasi dan siklusnya: berisi penjelasan mengenai apa itu menstruasi, penyebab menstruasi, dan siklus dari menstruasi sendiri secara sederhana.
- Tanda-tanda akan mengalami menstruasi pertama: berisi penjelasan secara singkat mengenai perubahan yang dialami perempuan sebelum mengalami menstruasi, seperti pinggul melebar, tumbuhnya payudara, dan sebagainya.
- Perubahan yang terjadi menjelang dan saat menstruasi: berisi penjelasan tentang gejala apa saja yang biasanya dirasakan perempuan menjelang menstruasi, seperti payudara terasa

tegang, perut kembung, dan sebagainya, serta gejala saat menstruasi seperti rasa nyeri.

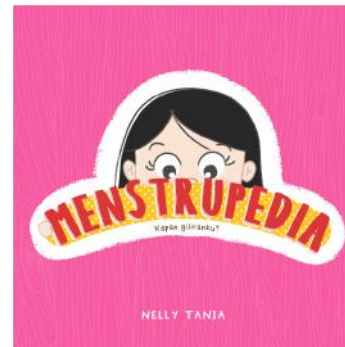
- Tips saat menghadapi menstruasi: berisi beberapa tips untuk menghadapi perubahan fisik dan psikologi yang dialami oleh anak saat menstruasi datang, seperti makan makanan bergizi dan sebagainya.
- Pembalut wanita: berisi penjelasan singkat mengenai pembalut-pembalut apa saja yang ada dan biasanya digunakan oleh perempuan saat sedang mengalami menstruasi, serta cara menggunakan pembalut hingga cara membuangnya.
- Hal-hal yang perlu diperhatikan ketika menstruasi: berisi himbauan pada target audiens untuk menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi agar terhindar dari tumbuhnya bakteri yang tidak diinginkan serta penjelasan singkat mengenai fakta seputar menstruasi.

Metode pembelajaran yang digunakan yaitu lebih banyak visualisasi daripada teks dan juga dilengkapi dengan unsur interaktif serta warna-warna yang mampu menarik perhatian target audiens agar mudah diingat serta dipahami. Gambar-gambar yang ada pada perancangan berhubungan dengan menstruasi pertama sebagai objek utama. Objek lain juga digunakan sebagai penunjang dari media yang dirancang.

Penyajian konten dibuat dalam bentuk buku interaktif yang selain dapat dibaca juga melibatkan pengguna untuk melakukan aktivitas dengan buku tersebut sehingga materi dapat tersampaikan dan mampu menarik minat sasaran. Selain itu konten juga dikemas sehingga tidak terkesan menggurui namun sebagai pendamping untuk anak dalam menghadapi masa peralihannya.

Konsep pembelajaran yang digunakan yaitu proses belajar dan menambah pengetahuan tentang pubertas bisa dilakukan tidak hanya di sekolah, namun bisa dilakukan di rumah secara mandiri dengan bantuan pengawasan oleh orang tua dan juga terasa menyenangkan dan tidak canggung. Konsep dipilih karena adanya fakta yang menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan di sekolah hanya berbentuk buku teks yaitu buku pelajaran yang minim gambar, serta berupa seminar dan penjelasan teori saja. Fakta tersebut membuat materi tidak dapat tersampaikan secara efektif pada anak. Selain itu pengakuan orang tua yang mengatakan bahwa bingung harus memulai pembicaraan mengenai menstruasi mulai dari mana. Materi yang diangkat dalam pembelajaran adalah kasus yang dialami oleh anak perempuan mulai usia 9-12 tahun, maka pembelajaran harus menarik dan sesuai untuk anak agar mudah diterima dan dipahami.

## Perancangan Buku



**Gambar 1. Menstrupedia: Kapan Giliranku?**

Tujuan dari pembelajaran yaitu agar anak perempuan 9-12 tahun mengerti tentang perubahan pada dirinya saat menjelang masa pubertas, khususnya menstruasi pertama, sehingga mereka juga memahami akan pentingnya menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi sejak dini. Selain itu, untuk jangka panjang adalah diharapkan menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi bisa menjadi kebiasaan mereka hingga dewasa.

Strategi kreatif pembelajaran bertujuan agar tepat sasaran pada target audiens yaitu anak perempuan usia 9-12 tahun. Penggunaan perpaduan antara edukatif-interaktif bersifat dua arah di mana selain untuk memberikan informasi, topik dalam buku bersifat mengajak sasaran untuk mengenal dan merawat diri mereka sejak dini dengan cara yang menyenangkan dan tidak canggung.

Media utama dari perancangan adalah buku interaktif yang berisi informasi seputar menstruasi. Buku interaktif disertai dengan ilustrasi yang menarik serta bahasa yang sesuai dengan target audiens agar pesan bisa tersampaikan. Buku interaktif dibuat dalam bentuk buku *hardcover* yang dilengkapi dengan *sleeve* serta *merchandise* sebagai pelengkap dari buku agar sasaran dapat lebih memahami isi buku. Buku interaktif berjudul “Menstrupedia: Kapan Giliranku?”

*Merchandise* yang merupakan satu set dengan buku berisi beberapa keperluan perempuan menjelang menstruasi, yaitu *pouch* yang berisi beberapa varian pembalut. Hal ini untuk memperjelas proses pembelajaran sehingga sasaran tidak hanya membaca saja namun juga dapat melihat dan mengerti secara nyata yang menjadi kebutuhannya setiap menstruasi.

## Pengarahannya Visual

Konsep keseluruhan dari perancangan adalah *girly* dan *fun* yang dapat terlihat dari kombinasi warna-warna cerah serta karakter yang digunakan. Pemilihan konsep yang disesuaikan dengan sasaran diharapkan dapat menarik minat sasaran sehingga materi yang disampaikan mudah dipahami.

### Tone Warna

Warna-warna yang digunakan dalam perancangan yaitu warna-warna cerah mengingat anak-anak dalam rentang usia 9-12 tahun adalah anak yang masih penuh dengan keceriaan. Warna merah muda juga digunakan karena warna tersebut masih merupakan warna yang disukai oleh anak perempuan.

### Tipografi

Sasaran dari perancangan adalah anak-anak, maka dari itu jenis *typeface* yang digunakan adalah *typeface* yang memiliki tingkat keterbacaan yang tinggi, tidak terlalu formal, serta tidak kaku. *Typeface* pada judul dibedakan dengan *typeface* isi buku karena judul merupakan daya tarik dari sebuah buku. Beberapa *font* yang digunakan dalam buku antara lain:

**Kiwano Apple**  
**ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ**  
 Kindergarten  
 ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ  
**Gotham Rounded Medium**  
**ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ**  
**NOVECENTO SANS WIDE**  
**ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ**  
 Thinly Handled  
 ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ

### Gaya Desain

Gaya desain yang digunakan adalah gaya desain *new simplicity*. Aliran gaya desain ini cenderung menggunakan elemen-elemen desain yang *simple*, dengan penggunaan *white space* sedemikian rupa sehingga *layout* tidak terasa sesak dan penuh. Digunakan gaya desain ini agar buku memiliki tingkat keterbacaan yang sesuai dengan anak dan tidak membuat anak bingung ketika membaca.

### Gaya Ilustrasi

Gaya ilustrasi yang digunakan adalah gaya kartun di mana akan dilakukan penyederhanaan bentuk dari objek-objek dan karakter yang akan dibuat. Ilustrasi dibuat dalam bentuk kartun yang lucu sehingga mampu menarik minat dan mudah dipahami oleh anak.



Gambar 2. Karakter dalam buku



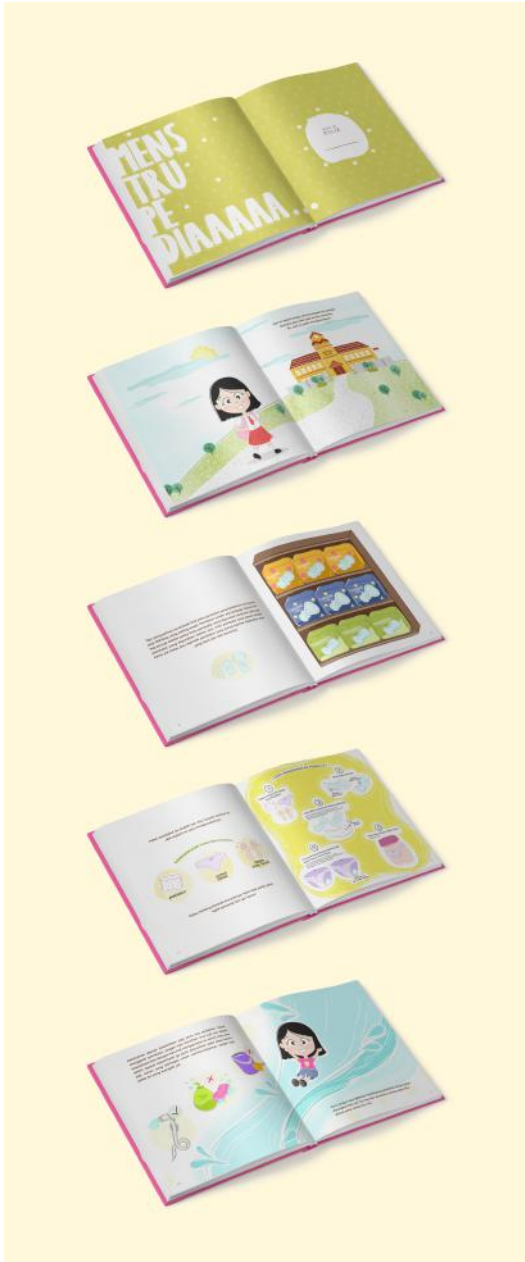
Gambar 3. Ilustrasi buku



Gambar 4. Ilustrasi buku

### Layout

*Layout style* yang digunakan adalah *hierarchical grid layout*. Pada jenis *layout* ini, elemen utama lebih ditonjolkan sedangkan sisanya mengalah. Elemen utama pada perancangan adalah ilustrasi, sehingga ilustrasi akan lebih dominan dibandingkan dengan tulisan. *Layout grid* jenis ini merupakan gabungan antara *column grid* dan *modular grid*, namun dengan penempatan elemen yang lebih bebas.



**Gambar 5.** *Layout* buku

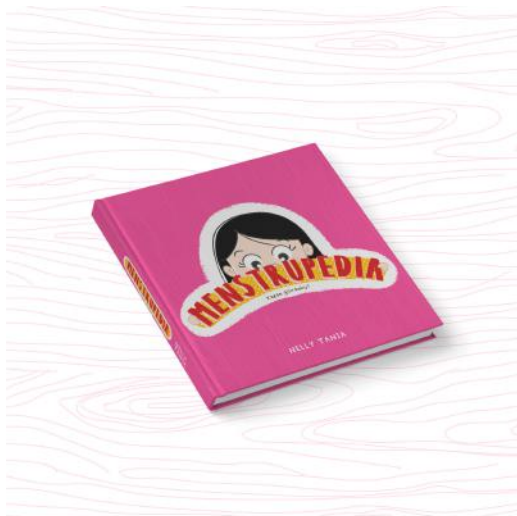


**Gambar 6.** Hasil interaktif buku



**Gambar 7.** Hasil interaktif buku

## Buku Menstrupedia



**Gambar 8. Buku *hardcover***

## Desain Katalog, Poster, dan X-Banner



**Gambar 9. Katalog Menstrupedia**



**Gambar 10. Poster *launching* Menstrupedia**



**Gambar 11. X-Banner *launching* Menstrupedia**

### Desain *Merchandise*

*Merchandise* merupakan satu kesatuan dengan buku *Menstrupedia*. *Merchandise* terdiri dari *pouch* yang di dalamnya berisi tiga varian pembalut yaitu *pantyliner*, pembalut untuk siang hari, dan pembalut untuk malam hari. Terdapat beberapa desain *pouch* yang akan disertakan dengan buku secara acak. *Tote bag* dibagikan saat *launching* buku *Menstrupedia*.



**Gambar 12. Merchandise Menstrupedia**

### Uji Materi

Uji materi buku *Menstrupedia* dilakukan di Surabaya. Buku interaktif diujikan kepada anak perempuan usia 9-12 tahun untuk mengetahui reaksi anak dan juga efek yang diberikan dari *Menstrupedia*.

Setelah dilakukan uji materi, dapat disimpulkan bahwa sasaran menyukai buku *Menstrupedia*. Hal ini ditunjukkan dari reaksi positif dari sasaran ketika membaca *Menstrupedia* dari awal hingga akhir. Adanya unsur interaktif juga menjadi salah satu pendukung yang memunculkan rasa ingin tahu anak. Gambar-gambar yang lucu serta warna yang cerah membuat anak senang ketika membaca buku sehingga materi lebih mudah disampaikan dan juga mudah diingat. Melalui buku ini, anak dapat memahami materi dan diharapkan pembicaraan mengenai menstruasi antara orang tua dengan anak tidak lagi menjadi hal yang canggung. Selain itu pemahaman materi tentang pentingnya menjaga kebersihan tubuh ketika menstruasi sejak dini juga diharapkan dapat diterapkan oleh anak yang terbawa hingga dewasa kelak.



**Gambar 13. Peserta uji materi**



## Simpulan

Pra-remaja merupakan masa di mana anak akan mengalami berbagai macam perubahan pada dirinya. Salah satu peristiwa yang dialami oleh perempuan pada usia pra-remaja adalah menstruasi pertama. Penanganan menstruasi yang salah yang dilakukan terus menerus akan memberikan dampak buruk bagi kesehatan tubuh wanita. Pengetahuan tentang menstruasi mayoritas ditujukan untuk dewasa saja, padahal anak yang akan atau baru mengalami menstruasi juga harus memahami informasi seputar menstruasi mulai dari siklusnya hingga cara menjaga kebersihan tubuh ketika menstruasi.

Buku interaktif merupakan salah satu alternatif bentuk media pembelajaran yang dapat digunakan sebagai media untuk memberikan informasi sekaligus beraktivitas bagi sasaran perancangan. Buku interaktif dapat menjadi media utama maupun media penunjang dari pembelajaran secara teori sehingga dapat memunculkan suasana yang lebih menyenangkan sekaligus pesan dapat tersampaikan dengan jelas dan mudah diingat oleh sasaran.

*Design style* dan perpaduan warna yang digunakan pada buku interaktif merupakan gaya yang digemari oleh sasaran, yaitu anak perempuan di usia pra-remaja. Kombinasi antara buku interaktif dan *design style* yang sesuai dengan sasaran membuat media menjadi lebih menarik dan tidak monoton sehingga menggugah minat sasaran untuk membaca serta memahami isi buku. Buku interaktif juga dilengkapi dengan karakter anak perempuan yang mencerminkan diri sasaran perancangan. Karakter ini yang membawa sasaran ikut terlibat dalam cerita dalam buku interaktif sehingga informasi lebih mudah dipahami sesuai dengan alur cerita.

Sasaran memberikan respon positif dari buku interaktif yang dibaca karena informasi dikemas dengan desain yang sesuai dengan karakter mereka. Hal ini terlihat ketika sasaran langsung membuka buku dan membacanya hingga selesai ketika diberi buku *Menstrupedia* karena rasa ingin tahu yang tinggi tentang buku tersebut. Interaktif dari buku sangat efektif dalam menarik minat baca anak di usia 9-12 tahun. Sasaran juga memberikan jawaban yang positif ketika diberi pertanyaan seputar topik yang ada dalam buku. Buku *Menstrupedia* dapat membantu dan juga mempermudah orang tua membahas mengenai menstruasi pertama dengan anak perempuannya yang akan atau sedang dalam masa pubertas.

Saran bagi mereka yang akan merancang media pembelajaran interaktif berbasis media cetak adalah sebaiknya jenis interaktif yang akan digunakan dipertimbangkan dengan matang serta dilakukan uji coba terlebih dahulu sebelum mencetak dalam jumlah banyak. Ketelitian dan

kerapian dalam membuat jenis interaktif sangat dibutuhkan mengingat jenis interaktif menggunakan media kertas. Disarankan juga melakukan pemilihan kertas yang sesuai dengan media cetak yang ingin dibuat sehingga format buku sesuai untuk sasaran perancangan.

## Daftar Pustaka

- Buzan, T. (2007). *Buku Pintar Mind Map Untuk Anak: Agar Anak Pintar Di Sekolah*. (S. Redjeki, Penerj.) Jakarta, Indonesia: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Esty. (2013, August 15). *Menghadapi Menstruasi Pertama*. Diambil kembali dari TabloidCempaka:  
[http://www.tabloidcempaka.com/index.php/read/inspirasi/detail/178/Menghadapi-Menstruasi-Pertama#.WJs8zRJ97\\_R](http://www.tabloidcempaka.com/index.php/read/inspirasi/detail/178/Menghadapi-Menstruasi-Pertama#.WJs8zRJ97_R)
- Fajri, A., & Khairani, M. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip, II*.
- Gunarsa, N. S. (2003). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Khuzaiyah, S. (2015). *The Secret of Teens: Mengatasi Masa Pubertas, Seksualitas, dan Pergaulan*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta.
- Mahmudah, R. T. (2014). *Perilaku Remaja Kelas VI SD Dalam Menghadapi Menarche Di SDN 1 Plalangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo*.
- Pambudi, A. (2017, March 23). *Interview "Seputar Menstruasi"*. Surabaya, Indonesia.
- Panuju, P., & Umami, I. (1999). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Prasetya, E. (2017, March 7). *Interview "Tinjauan Anak Perempuan Usia 9-12 Tahun"*. Surabaya, Indonesia.
- Prasetyo, E. B. (2006). *Majalah Ilmiah Pembelajaran: Peran Ilustrasi Visual Dalam Pembelajaran*.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (M. & Dra. Shinto B. Adelar, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.