

**JURNAL TUGAS AKHIR**

**JUDUL**  
**PERANCANGAN *GRAPHIC DIARY* SENTUHAN IBU**  
**PADA ENAM BULAN MASA PENTING ASI**



PENCIPTAAN

TISCIA FEBRINA LUCIAWATI

1210001224

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL  
JURUSAN DESAIN FAKULTAS SENI RUPA  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA

2017

## PENGESAHAN

Jurnal untuk Tugas Akhir dengan judul **PERANCANGAN *GRAPHIC DIARY* SENTUHAN IBU PADA ENAM BULAN MASA PENTING ASI** oleh Tiscia Febrina Luciawati, NIM 1210001224, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa, Jurusan Desain, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, ini telah disahkan oleh Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual pada 18 Januari 2017.



Ketua Program Studi/Anggota

Indiria Maharsi, S.Sn.,M.Sn  
NIP. 19720909 200812 1 001

**Perancangan *Graphic Diary* Sentuhan Ibu Pada  
Enam Bulan Masa Penting Asi**

Tiscia Febrina Luciawati  
10001224

Program Studi Desain Komunikasi Visual  
Jurusan Desain  
Fakultas Seni Rupa  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta  
Januari 2017

**ABSTRAK**

Kehamilan merupakan suatu hal yang melengkapi kebahagiaan pasangan muda yang baru menikah. Sering kali masa kehamilan pertama akan menimbulkan rasa khawatir, resah, bahkan takut dalam menghadapi persalinan serta pemberian ASI eksklusif. Oleh sebab itu, dibutuhkan pemahaman dan pengetahuan yang cukup agar ibu muda lebih tenang selama proses kehamilan, melahirkan sampai dengan pemberian ASI. Salah satu caranya adalah dengan mengabadikannya dalam sebuah media berupa *graphic diary* atau buku harian yang digrafiskan. Perancangan *graphic diary* ini dimaksudkan untuk merancang media penyampaian informasi berupa cerita perjuangan seorang ibu serta cara-cara mengatasi gangguan selama proses kehamilan, persalinan dan menyusui dengan judul “Dekapan Kasih Sang Ibu”.

Gaya desain atau gaya tampilan visual ilustrasi yang digunakan dalam perancangan *graphic diary* sentuhan ibu pada enam bulan masa penting ASI ini adalah *Cartoon vector*. Penggambaran ilustrasi karakter menggunakan jenis ilustrasi *cartoon* dekoratif. Proses pembuatan *graphic diary* ini menggunakan program pendukung desain yaitu Corel Draw X4 dan Adobe Photoshop. *Font Handwriting* dipilih karena mengandung nuansa feminim sebagai bentuk ungkapan emosi perempuan dan seorang ibu. Media tambahan sebagai pendukung diantaranya kalender, bollpoin, notebook, apron ibu menyusui, stiker botol asi perah bertema ibu menyusui.

Penyajian yang berformat desain grafis akan mampu menyampaikan pesan dengan lebih komunikatif, efektif dan menarik, sehingga memudahkan target *audience* dalam memahami esensi pesan yang terkandung dalam setiap pengalaman yang disajikan. Karya *graphic diary* ini berisi lima cerita tentang pengalaman saat hamil, melahirkan, dan periode menyusui enam bulan pertama, serta berbagai tips-tips, dan bincang-bincang bermanfaat selama hamil dan menyusui. Naskah yang ada di dalam *graphic diary* sesuai pengalaman yang dialami oleh penulis dan beberapa ibu menyusui sehingga diharapkan ada respon positif agar mewujudkan kesadaran para ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi.

Kata kunci : *Graphic diary*, ibu hamil, enam bulan, ASI eksklusif

## **ABSTRACT**

*The young couples who just married, the pregnancy is something that would complete their happiness. But mostly the first pregnancy period would makes the new couple get nervous and worries about delivering the baby and giving the exclusive breastfeed. That's why some education about the pregnancy, deliver the baby and exclusively breastfeeding are important to make the couples are less worry and more relax during all that periods. The one of the ways is to record it into some medias, that is graphic diary. This project is to aims to create an information media about how women struggled, and the way to solve some problems during the pregnancy, delivering the baby, and exclusively breastfeeding, titled "Dekapan Kasih Sang Ibu"*

*The style of the visual design of the project is cartoon vector. The visualisation of the character is using cartoon decorative. The creating process of this project is using two design software, that is Corel Draw X4 and Adobe Photoshop. The Handwriting font is chosen because it's looks feminine as a reflection of the emotional of a mother. The supporting medias of the graphic diary on this project are calendar, pen, notebook, apron for breastfeeding, sticker for the milk's bottle, with he themes breastfeeding mother.*

*The execution on the graphic form will deliver the information and make it more communicative, efective, and more interesting, then it's would be easier for the audience to understand the information inside of the graphic diary. Inside of the graphic diary it would be 5 stories about the experience during the pregnancy, deliver the baby, and first six months exclusively breastfeeding period, also some tips and knowledge about breastfeeding period. The script on the graphic diary is from the experience of the author and some other women, so the positive feedback is expected to raise awareness of all mother to bring exclusively breastfeeding to their babies.*

*Keyword : Graphic diary, pregnancy, mother, first six months breastfeeding.*

## **A. Pendahuluan**

### **1. Latar Belakang Masalah**

Sebagai seorang perempuan, mengandung dan mempunyai anak adalah anugerah yang tak ternilai harganya. Kehadiran seorang anak sangat diharapkan bagi setiap pasangan yang sudah menikah. Anak tidak hanya simbol kebahagiaan dari sebuah hubungan, tetapi anak adalah penerus keturunan umat manusia agar tetap lestari. Kelahiran seorang anak akan menjadikan kebahagiaan keluarga semakin lengkap. Pasangan muda yang baru menikah dan melalui proses kehamilan seringkali dirundung rasa takut dan khawatir dalam menghadapi persalinan serta pemberian ASI eksklusif. Oleh sebab itu dibutuhkan pemahaman dan pengetahuan yang cukup agar ibu muda lebih tenang selama proses kehamilan, melahirkan sampai dengan pemberian ASI.

Menurut Roesli (2000:7) ASI merupakan makanan yang pertama, utama, dan terbaik bagi bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Kandungan zat yang pertama dikeluarkan oleh ASI pada saat kelahiran dihari pertama hingga keempat atau ketujuh adalah kolostrum. Kolostrum adalah “cairan emas” mengandung antibodi yang melawan virus dan bakteri, vitamin A, protein dan mineral yang memberi perlindungan dan nutrisi pada otak secara maksimal yang disesuaikan secara alami.

WHO, UNICEF, dan Departemen Kesehatan Republik Indonesia melalui SK Menkes No.450/Men.Kes/SK/IV/2004 tanggal 7 April 2004 telah menetapkan rekomendasi pemberian ASI eksklusif selama enam bulan. Dalam rekomendasi tersebut, dijelaskan bahwa untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan yang optimal, bayi harus diberi ASI eksklusif selama enam bulan pertama. Selanjutnya, demi tercukupinya nutrisi bayi, maka ibu mulai memberikan makanan pendamping ASI dan ASI hingga bayi berusia 2 tahun atau lebih (Prasetyono,2009:17).

Berdasarkan himbauan diatas, ASI eksklusif sangat penting bagi bayi. Akan tetapi sebagian ibu tidak bisa memberikan ASI secara eksklusif karena beberapa faktor. Beberapa kasus terjadi, dimana ibu hanya mengeluarkan beberapa tetes ASI. Hal tersebut merupakan proses biologis yang wajar, sebagaimana dijelaskan oleh Ibu Purtini, S.Keb. Terkait hal tersebut, ada suatu hal yang perlu disayangkan, yakni rendahnya pemahaman dan pengetahuan ibu, keluarga, dan masyarakat mengenai pentingnya ASI bagi bayi, akibatnya program pemberian ASI Eksklusif tidak berlangsung secara optimal (Prasetyono, 2009:21).

Menyusui secara eksklusif merupakan cara pemberian makanan bayi yang alamiah. Namun seringkali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi bahkan seringkali mendapat informasi yang salah tentang manfaat ASI eksklusif, tentang bagaimana cara menyusui yang benar, dan apa yang harus dilakukan bila timbul kesukaran dalam menyusui bayinya (Roesli,2000:2). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya diperoleh data bahwa faktor penghambat pemberian ASI Eksklusif adalah sebagian besar (51,6%) ibu merasa khawatir bahwa ASI saja tidak mencukupi untuk bayi sehingga bayi kurang kenyang, bayi menjadi rewel dan pertumbuhan bayi terhambat.

Seiring dengan perkembangan zaman, pengetahuan mendasar tentang menyusui mulai terlupakan. Di kota besar, kita lebih sering melihat bayi diberi susu botol daripada disusui oleh ibunya. Sementara di pedesaan, kita melihat bayi yang usianya baru satu bulan sudah diberi pisang atau nasi lembut sebagai tambahan ASI. Salah satu cara agar masa kehamilan, kelahiran serta pemberian ASI Eksklusif menjadi lebih istimewa dan bermanfaat bagi sesama adalah dengan mengabadikannya dalam sebuah media. Media yang dipilih haruslah mampu menyentuh perasaan serta mengendalikan emosi seorang ibu agar lancar dalam pemberian ASI eksklusif. Selain itu, media tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran para ibu yang baru melahirkan akan pentingnya pemberian ASI eksklusif.

Oleh karena itu, perancangan sebuah karya berupa *graphic diary* diperlukan sebagai salah satu upaya untuk pemecahan masalah yang ada. Gagasan karya akan diaplikasikan ke dalam sebuah perancangan buku

komik yaitu *graphic diary* atau buku harian yang digrafiskan, berisi cerita dari pengalaman para ibu selama hamil, melahirkan dan enam bulan masa penting menyusui. Buku ini seperti buku harian yang diberi ilustrasi bergambar berisi beberapa catatan atau tulisan yang menceritakan alur kisah mulai awal kehamilan hingga pada saat melahirkan dan menyusui yang dilengkapi dengan gambar-gambar menarik. Ilustrasi gambar berfungsi untuk mempertegas alur cerita dan membuatnya lebih menarik untuk dibaca. Pola pengasuhan yang tepat bagi bayi juga dituangkan dalam karya ini agar dapat saling memberi informasi kepada sesama orang tua, terutama pasangan muda yang baru menikah dan mempunyai anak.

2. Rumusan Masalah

Bagaimana merancang *graphic diary* yang menceritakan periode masa kehamilan, persalinan dan enam bulan masa penting menyusui seorang ibu agar dapat menginspirasi para ibu lainnya?

3. Tujuan

Merancang media penyampaian informasi berupa *graphic diary* cerita perjuangan seorang ibu selama proses kehamilan dan menyusui serta cara-cara mengatasi gangguan selama kehamilan, persalinan dan menyusui yang berjudul “Dekapan Kasih Sang Ibu”.

4. Tinjauan Pustaka

*Diary* adalah sebuah catatan harian yang kita alami sehari-hari dan berfungsi sebagai kenangan masa-masa yang pernah kita alami atau sejarah kehidupan kita. Selain itu, *diary* juga dapat menunjukkan eksistensi kita kepada diri sendiri, orang lain, atau pada dunia jika mengisinya dengan hal baik. Sebuah *diary* baik dahulu maupun sekarang isinya adalah sama, yaitu rekaman pengalaman-pengalaman yang pernah kita alami dalam hidup kita (Prakuso, 2008:21).

*Graphic diary* berasal dari dua (2) kata, yaitu *graphic* dan *diary*. *Graphic* merupakan titik atau garis yang berhubungan dengan cetak mencetak, baik berupa kata-kata, gambar, angka, grafik, foto, dan ilustrasi. *Graphic* atau grafis berasal dari bahasa Yunani “*graphein*” yang berarti menulis/ menggambar. Seni (cetak) grafis merupakan pengubahan gambar bebas karya perupa menjadi cetakan, yang melalui proses manual dan menggunakan material tertentu, dengan tujuan membuat perbanyakan karya dalam jumlah tertentu (Susanto, 2002:47). Sedangkan *diary* adalah sebuah catatan pengalaman yang pernah kita alami dan berfungsi sebagai kenangan masa-masa yang pernah kita alami atau sejarah kehidupan kita. Jadi dengan demikian *graphic diary* adalah catatan pengalaman yang pernah kita alami, yang dituangkan dalam bentuk kombinasi antara kata-kata, gambar, angka, grafik, foto, dan ilustrasi diubah menjadi cetakan, yang melalui proses manual dan menggunakan material tertentu, dengan tujuan membuat perbanyakan karya dalam jumlah tertentu.

Identifikasi *graphic diary* adalah sebagai berikut:

1) Huruf

Sebuah *diary* atau catatan harian biasanya ditulis dengan tulisan tangan, namun ada juga yang menggunakan komputer atau mesin ketik. Sedangkan beberapa *graphic diary* yang dicetak atau diterbitkan seperti “Aku dan Penyakit Lupus” karya Satria Anggun menggunakan huruf/font yang menyerupai dengan tulisan tangan atau *handdrawing* yang dikenal dengan huruf script, misalnya: *Amys handwriting*, *Segoe Print*, *Lupiagargonizer*, dan beberapa font dengan karakter *hand writing* lainnya.

## 2) Bahasa

Penggunaan bahasa pada sebuah *diary* biasanya menggunakan bahasa yang non-formal atau bahasa sehari-hari yang komunikatif sebagaimana bahasa lisan yang biasa dipakai. Sedangkan untuk kata ganti orang biasanya menggunakan kata ganti orang pertama, misalnya : aku, saya, kami (gaya bahasa personal).

## 3) Visual

### 1) Ilustrasi

Ilustrasi menurut Teguh Wartono B.A (1984:43), sebagai alat pembantu atau memperjelas suatu uraian atau bahasa yang disampaikan seseorang kepada orang lain. Gambar-gambar atau foto-foto yang disampaikan seseorang kepada orang lain. Gambar-gambar atau foto-foto tersebut adalah ilustrasi yang fungsinya sebagai alat peraga visual yang akan membantu memperjelas penyampaian isi dan uraian.

### 2) Karikatur

Karikatur berasal dari bahasa Italia *caricature* yang berarti melebih-lebihkan atau mengubah bentuk (deformasi). Gambar karikatur menampilkan objek seseorang dengan karakter yang aneh dan lucu dan mengandung kritikan dan sindiran.

### 3) Kartun

Kartun adalah gambar yang berfungsi menghibur, karena berisikan humor. Gambar kartun dapat berupa tokoh binatang atau manusia.

### 4) Gambar Dekoratif

Gambar dekoratif diwujudkan dengan cara menstiril atau mengubah bentuk yang ada di alam tanpa meninggalkan ciri khasnya. Corak dekoratif adalah corak yang sering ditemukan terutama dalam rumah.

Menggambar ilustrasi biasanya dikenal dengan istilah *drawing illustration*, yang dibagi menjadi tiga macam antara lain:

#### a) *Manual hand Drawing*

*Manual hand drawing* adalah kegiatan membentuk sebuah imajinasi menggunakan pilihan alat dan teknik. Menggambar secara manual menggunakan pensil warna, pena dan krayon selain itu teknik pewarnaan bisa menggunakan cat air, minyak, akrilik dan lain-lain. *Manual hand drawing* adalah menggambar tanpa menggunakan bantuan alat digital.

#### b) *Digital Drawing*

Dalam artikel Totem Design Scholl (<http://totemdesignschool.com/435-2/>) *Digital drawing* adalah ilmu yang mempelajari tentang bagaimana mengeksplorasi

kemampuan kreatif program computer untuk membuat seni visual berupa ilustrasi (*illustrasi making*) dan memperbaiki ilustrasi (*illustrasi Editing*). Ada dua macam gambar dapat dihasilkan proses digital, yaitu gambar *vector* dan gambar *bitmap*. Masing masing mempunyai karakteristik dan manfaat yang berbeda.

a. Gambar *Vector*

Gambar Vektor adalah gambar yang tidak tergantung pada resolusi. Gambar jenis ini tidak akan mengalami perubahan pada saat dibesarkan atau dikecilkan. Gambar vector merupakan hasil garis, kurva dan bidang.

b. Gambar *Bitmap*

Gambar bitmap adalah gambar yang dibentuk oleh sekumpulan titik yang disebut pixel (*picture element*). Titik titik akan terlihat sebagai sebuah gambar utuh bila kita melihatnya dari jauh.

4) Layout

Menurut Suriyanto dalam bukunya "*Layout – Dasar dan Penerapannya: (2008:10)* pada dasarnya *layout* dapat dijabarkan sebagai tata letak elemen- elemen desain terhadap suatu bidang dalam media tertentu untuk mendukung konsep/ pesan yang dibawanya. *Me-layout* adalah suatu proses atau tahapan kerja dalam desain. Dapat dikatakan bahwa desain merupakan arsiteknya sedangkan *layout* pekerjaannya. Namun definisi *layout* dalam perkembangannya sudah sangat meluas dan melebur dengan definisi desain itu sendiri, sehingga banyak orang mengatakan bahwa *me-layout* sama dengan mendesain. *Layout* merupakan tata letak yang dipakai untuk mengatur sebuah desain, seperti huruf, teks, garis-garis, bidang-bidang, gambar-gambar pada majalah, buku dan lain-lain. *Layout* dimulai dengan gagasan pertama dan diakhiri oleh selesainya pekerjaan (Susanto, 2000:70).

5) Teknik

Teknik yang biasanya digunakan dalam membuat catatan harian atau *graphic diary* dalam kehidupan nyata adalah teknik manual atau bisa teknik yang terlihat seperti manual supaya dapat mengekspresikan emosi penulis. Mulai dari menulis dan menggambar teknik tempel juga digunakan baik dengan plester, lem atau klip serta teknik selip. Teknik inilah yang biasanya digunakan oleh penulis untuk mengarsipkan suatu objek, baik gambar, catatan kecil, foto, tiket yang berkesan bagi penulis.

## B. Pembahasan & Hasil

### 1. Pembahasan

#### a. Konsep Kreatif

Cerita yang diangkat dalam *graphic diary* ini merupakan pengalaman seorang ibu saat hamil hingga memberikan ASI kepada bayinya. Dalam cerita akan disampaikan pengalaman saat memberikan ASI eksklusif serta bagaimana keberhasilan dalam mengatasi kendala atau permasalahan yang ada saat pemberian ASI eksklusif.



Format Perancangan *graphic diary* ini akan dibuat dengan format buku yang menyerupai bentuk *diary* pada umumnya dengan jumlah >80 halaman dengan ukuran 15,5 x 21cm. Penggambaran ilustrasi karakter dalam cerita menggunakan jenis ilustrasi *cartoon* dekoratif, supaya fokus tetap seimbang antara elemen verbal dan visual.

Dalam perancangan *graphic diary* ini, ilustrasi akan dibuat dengan karakter yang detail namun sederhana dan menghindari dekorasi yang rumit. Gaya ilustrasi tersebut bertujuan untuk menghadirkan tampilan yang ringan bagi para pembaca, gaya ilustrasi ini juga dirasa dapat mengungkapkan situasi yang benar-benar terjadi sesuai cerita yang disampaikan tokoh. Selain itu gaya ilustrasi ini memiliki kesan feminin sebagai penyesuaian emosi perempuan. Untuk proses pembuatan *graphic diary* ini menggunakan program pendukung desain yaitu Corel Draw X4 dan Adobe Photoshop.

Berhubung alur cerita pada *graphic diary* ini berisi tentang curahan hati seorang ibu dan pengalaman pengalaman para ibu, maka pemilihan tipografi yang tepat adalah jenis *hand writing* sebagai gambaran ungkapan atau ekspresi penulis dalam cerita tersebut. Perancangan *graphic diary* ini menggunakan warna-warna pastel agar terlihat santai, lembut, namun tetap ceria sesuai dengan emosi yang terjadi pada setiap halamannya. Warna-warna pastel yang beragam juga akan menghiasi *background* sesuai dengan alur cerita.

*Lay out* pada perancangan *graphic diary* ini disesuaikan dengan alur yang ada pada cerita, namun tidak bersifat membatasi. Sebuah *diary* biasanya bersifat pribadi, *lay out* yang dibuat disesuaikan dengan *mood* yang ada pada cerita tersebut. Oleh karena itu, *lay out* akan lebih dieksplorasi tanpa terpaku pada bentuk bentuk tertentu. *Lay out potrait* berukuran 15,5 x 21cm. Beberapa halaman akan diisi dengan ilustrasi saja, beberapa dengan tulisan saja dan beberapa diisi dengan perbaduan ilustrasi dan tulisan dengan komposisi yang berbeda. Suasana *lay out* akan disesuaikan mengikuti penulisan dan emosi yang disampaikan oleh narasumber.

b. *Konsep Media*

Perancangan *graphic diary* sentuhan ibu pada enam bulan masa penting ASI bertujuan mengenalkan *graphic diary* sebagai salah satu media penyampaian informasi bagi masyarakat umum terutama para orang tua baru. Perancangan *graphic diary* sentuhan ibu pada enam bulan masa penting ASI merupakan perancangan buku komik yaitu *graphic diary* atau buku harian yang digrafiskan, berisi cerita dari pengalaman seorang ibu selama hamil, melahirkan dan enam bulan masa penting menyusui.

Media Utama adalah berupa *graphic diary* dengan judul “Dekapan kASih sang Ibu”. Menceritakan kisah dan pengalaman penulis dalam masa kehamilan hingga menyusui serta beberapa ibu muda dalam pemberian ASI eksklusif. Perancangan *graphic diary* sentuhan ibu pada enam bulan masa penting ASI menggunakan beberapa media pendukung. Media cetak sebagai media pendukung informasi antara

lain: *Poster, Catalogues, dan Flyer*. Selain itu *Marchandise* antara lain:

- **Pembatas buku**  
Pembatas buku dengan layout yang unik dan warna yang senada dengan *graphic diary* tersebut akan diselipkan didalamnya.
- **Notebook**  
*Note book* dijadikan sebagai media pendukung, untuk mengajak orang-orang kembali menulis catatan harian dengan tulisan tangan. mengingat keberadaan buku harian sekarang sudah jarang ditemui seiring perkembangan digital dan teknologi internet.
- **Ballpoint**  
Ballpoint adalah salah satu peralatan tulis yang paling sering digunakan dalam menulis buku harian. Ballpoint akan diberi label yang disesuaikan dengan judul *graphic diary*.
- **Kalender**  
Kalender akan didesain sebagai tempat penulisan *timeline*. Perancangan kalender ini bertujuan untuk membantu penyusunan berbagai rencana hidup teratur yang akan dijalankan dalam waktu mendatang.
- **Stiker botol ASI perah**  
Stiker karakter yang bergambar icon botol susu, bayi, dan karakter lain yang mendukung *graphic diary* ini. Stiker ini juga bisa ditempel pada botol susu bayi dan botol ASI perah.
- **Apron Menyusui**  
*Apron* atau celemek berfungsi sebagai penutup saat ibu menyusui di tempat umum. Apron ini akan dibuat dengan sablon / printing sesuai dengan topik yang dibahas dengan ilustrasi judul diary atau icon menyusui.

## 2. Hasil

### Cover Depan dan Belakang *Graphic Diary*



## Isi Graphic Diary



## Pembatas Buku



## Kalender



## Note Book



## Ballpoint



## Apron Menyusui



## Stiker ASIP



## C. Kesimpulan dan Saran

Karya *graphic diary* ini mengkaji berbagai pengalaman menarik selama masa periode enam bulan pertama pemberian ASI bagi bayi. Naskah didalam *graphic diary* menceritakan berbagai macam pengalaman menarik serta tips-tips serta kendala para ibu dalam menghadapi masa kehamilan dan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan yang didukung dengan beberapa literatur. Terdapat lima cerita yang berisi tentang pengalaman saat hamil, melahirkan, dan periode menyusui enam bulan pertama, serta berbagai tips-tips, dan bincang-bincang bermanfaat selama hamil dan menyusui. Dari keseluruhan isinya, perasaan bahagia campur haru seorang ibu saat melahirkan serta periode menyusui enam bulan pertama sangat mendominasi karena itu *Font Handwriting* dan coklat walnut dipilih karena mengandung nuansa feminim sebagai bentuk ungkapan emosi perempuan dan seorang ibu. Disarankan bagi para ibu terutama yang telah mengenyam pendidikan tinggi mendokumentasikan dalam bentuk gambar dan tulisan melalui buku harian masa-masa kehamilan hingga periode menyusui mereka karena cerita pengalaman ibu pada masa kehamilan hingga menyusui dapat menjadi bukti autentik lahirnya berbagai karya desain visual yang menginspirasi, menarik dan mendidik bagi banyak ibu dan keluarga lainnya sehingga dapat dijadikan sumber belajar bagi masyarakat guna menekan tingginya angka kematian ibu dan bayi serta menciptakan keluarga yang lebih sehat.

D. Daftar pustaka

Depkes RI. 2005. *Manajemen Laktasi*. Jakarta

Prakoso, Bambang (2008). *Rahasia Kekuatan Catatan Harian*, Jakarta: PT Galang Press Media

Prasetyono, Dwi Sunar (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*, Yogyakarta: DIVA Press

Prasetyono, Dwi Sunar (2009). *Pertemuan Ibu dan Bayi*, Yogyakarta: DIVA Press

Prawirohardjo, Sarwono (2008). *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Prawirohardjo, Sarwono (2005). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka

Roesli, Utami (2008). *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*, Pustaka Bunda, Jakarta

Roesli, Utami (2000). *Mengenal Asi Eksklusif*, Jakarta: PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara

Rustan, Surianto (2009). *Layout Dasar dan Penerapannya*, Jakarta: Gramedia

Susanto, Mike (2002). *Diksi Rupa*, Yogyakarta: PT Kanisius