Perancangan Buku Ilustrasi untuk Mengedukasi Anak Makan Makanan Sehat

[1] Alessandro Nicolas, [2] Agus Danarto*, [3] Nashir Setiawan
[1, 2, 3] Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Tarumanagara
alessandro.625180080@stu.untar.ac.id, agusd@fsrd.untar.ac.id, nashirs@fsrd.untar.ac.id

RUPAKA

Jurnal Rupaka
https://journal.untar.ac.id/index.php/Rupaka

Vol 4, No.1
Juli – Desember 2021

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Abstract

The book "I'm Smart Eating Healthy" written by Inge Tumiwa-Bachrens is a book that contains a healthy lifestyle, which is specialized in the section healthy eating patterns, in this book also contains interactive questions and some healthy food recipes. The healthy growth of children is strongly influenced by the environment in which children grow up and the habits they carry out since childhood. A healthy diet can also minimize the possibility of children developing chronic diseases as adults. Parental supervision in the selection of food sources plays an important role so that the food consumed by children has a lot of healthy nutritional content. This redesign was carried out with the aim of building a more interactive concept by presenting characters in conveying information about healthy eating patterns for children. The presence of characters in this book aims to make the reader feel invited to follow what is conveyed by the characters in this book. The illustrations in this book use cartoon-style illustrations. The design of this book uses the 5W+1H method with data collection methods in the form of questionnaires and literature study. The targets for the redesign of this book are boys and girls aged 7-11 years who have unhealthy eating habits and like to read books. The result of the redesign of this book is a physical book to invite children to have a healthy diet with supporting media in the form of bookmarks, drinking bottles and also tote bags.

***Keywords**: Illustration Book, Healthy Eating Pattern, Health, Children*

Abstrak

Aku Pintar Makan Sehat adalah judul buku yang ditulis Inge Tumiwa-Bachrens, yang membahas tentang pola makan sehat bagi anak. Pola makan sehat juga bisa memperkecil kemungkinan anak terkena penyakit kronis saat dewasa. Pengawasan orang tua dalam pemilihan sumber makanan berperan penting agar makanan yang dikonsumsi anak memiliki banyak kandungan nutrisi sehat. Perancangan ulang ini bertujuan buku dapat lebih interaktif dengan menghadirkan karakter dalam penyampaian informasi seputar pola makan sehat untuk anak. Penghadiran karakter dalam buku ini bertujuan agar pembaca mampu merasa terajak untuk mengikuti apa yang disampaikan oleh sosok karakter yang terdapat dalam buku ini. Pembuatan ilustrasi pada buku ini menggunakan ilustrasi bergaya kartun. Perancangan buku ini menggunakan metode 5W+1H dengan metode pengumpulan data berupa kuesioner dan studi pustaka. Pembaca buku ini adalah anak perempuan dan laki usia 7-11 tahun dengan kebiasaan makan makanan yang tidak sehat dan suka membaca buku. Hasil dari perancangan ulang buku ini berupa buku fisik untuk mengajak anak-memiliki pola makan yang sehat bersama media pendukung berupa pembatas buku, botol minum dan juga *tote bag*.

***Kata kunci:** Buku Ilustrasi, Pola Makan Sehat, Anak*

Pendahuluan

Tumbuh kembang anak yang sehat sangat dipengaruhi lingkungan di mana anak-anak tersebut tumbuh dan dipengaruhi oleh kebiasaan yang mereka lakukan sedari kecil. Dalam perkembangannya anak-anak membutuhkan pengawasan orang tua agar asupan gizi anak

* Penulis Koresponden

supaya lebih terpenuhi. Pola makan sehat juga bisa mengurangi risiko anak terkena penyakit kronis ketika dewasa bisa terminimalisir. Tanpa disadari, kesibukan orang tua dalam pekerjaan dapat mengurangi pengawasan pemilihan sumber makanan yang memiliki banyak kandungan nutrisi sehat, sehingga hal itu menyebabkan anak-anak dapat mengonsumsi makanan yang kurang sehat seperti, gorengan, cemilan, juga jajanan-jajanan.

Mengonsumsi makanan-makanan tersebut bisa menimbulkan sebuah kebiasaan yang buruk, sehingga ketika tumbuh dewasa pola makan anak akan terbentuk menjadi pola makan yang kurang sehat dikarenakan sudah terbiasa dari kecil (Karinta Ariani Setiaputri, 2021). Perancangan buku "Aku Pintar Makan Sehat" berisikan tentang informasi-informasi yang mengajarkan pentingnya pola makan sehat untuk anak. Buku ini berisi pertanyaan interaktif yang mengajarkan tentang makanan sehat secara lebih aktif dan seru.

Menghindari konsumsi makanan-makanan yang kurang sehat juga menjadi salah satu bentuk pola makan sehat. *Junk food* dan makanan atau minuman manis merupakan salah satu contoh makanan tidak sehat yang harus dihindari sejak kecil sehingga lebih dibiasakan dengan pola makan yang lebih sehat. Pola makan sehat yang harus dibiasakan adalah banyak makan sayur-sayuran dan buah-buahan, mengonsumsi protein setiap harinya, juga minum banyak air putih setiap harinya.

Tentunya kebiasaan-kebiasaan tersebut akan mempengaruhi tumbuh kembang anak saat dewasa nantinya. Menurut penelitian Pusat Penelitian dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat 97,1% penduduk Indonesia masih kurang dalam mengonsumsi buah serta sayur dan survei memperlihatkan hasil bahwa sebanyak 96,5 % anak usia 5 hingga 12 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur (Hermina, Prihatini S, 2014) oleh sebab itu pentingnya pemberian informasi tentang makan sehat serta manfaat dari sayur dan buah akan sangat berpengaruh untuk mengubah kebiasaan pola makan anak.

Buku ini juga dapat menjadi sarana informasi untuk orang tua yang merupakan keluarga sekaligus orang tua dari anak-anak sehingga dapat menjadi media belajar Bersama dan memperbaiki pola makan sehat di dalam keluarga, tentunya buku ini akan bisa mengubah kebiasaan pola makan menjadi lebih baik lagi.

Tersedia resep–resep makanan di dalam buku ini dapat memberikan kita peluang untuk membuat makanan yang sehat untuk anak, dan juga anak dapat belajar cara memasak sehat bersama dengan pengawasan dari orang tua. Buku "Aku Pintar Makan Sehat" ini memberikan kita pelajaran sekaligus memberikan sebuah praktik yang bisa kita lakukan untuk memperoleh pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Perancangan buku ini ditujukan agar buku ini menjadi lebih rapi, dinamis, dan juga interaktif dengan Menyusun *layout* yang akan membuat pembaca menjadi lebih nyaman saat membaca buku ini. Penyusunan *body text* juga akan dilakukan untuk menambah kenyamanan saat membaca, penggunaan *style* ilustrasi yang sama tentunya akan membuat buku ini terlihat lebih menyatu, sehingga perlu kiranya ada perbaikan yang signifikan pada tata letak, pemilihan warna, *font*, dan ilustrasi, dengan harapan buku ini tampil lebih menarik, mudah dipahami serta aplikatif, sehingga anak–anak dapat tergerak untuk mencontoh dengan gembira.

Metode

Metode perancangan yang digunakan dalam perancangan ulang buku "Aku Pintar makan Sehat" menggunakan metode kualitatif, dengan teknik pengumpulan data secara triangulasi, analisis, dan data memiliki sifat induktif. Metode yang digunakan untuk menentukan pokok masalah dan solusi dari perancangan ulang "Aku Pintar Makan Sehat" adalah 5W + 1H, yaitu *why, how, what, where, when,* dan *who* dengan penjelasan buku ini tepat untuk dirancang ulang karena buku ini masih bisa dikembangkan dari segi ilustrasi dengan tujuan untuk membantu memberikan informasi kepada anak-anak mengenai pola makan sehat yang berpengaruh pada tumbuh kembang mereka. Buku ini dirancang ulang dengan proses pengumpulan data melalui kuesioner dan studi pustaka yang menjadi dasar. Kuesioner dibagikan secara *online* kepada orang-orang yang merupakan orang tua, kerabat, maupun orang-orang yang memiliki anak dalam keluarganya. Studi pustaka ini dilakukan dengan meriset berbagai jurnal, karya tulis, artikel-artikel di *website*, serta platform *online*

seputar pola makan sehat dan teori-teori pendukung dalam perancangan ulang buku ilustrasi ini. Seluruh data yang terkumpul akan menjadi dasar untuk membuat konsep perancangan dan selanjutnya akan divisualisasikan dalam bentuk ilustrasi. Konsep perancangan ini bertujuan untuk menjadi solusi dari permasalahan bentuk ilustrasi seperti apa yang lebih dinamis dan tepat untuk target sasaran yang merupakan anak-anak berusia 7 – 11 tahun. Buku ini akan dipublikasikan pada toko buku di seluruh Indonesia secara *online* maupun *offline.*

Hasil dan Pembahasan

Analisis SWOT

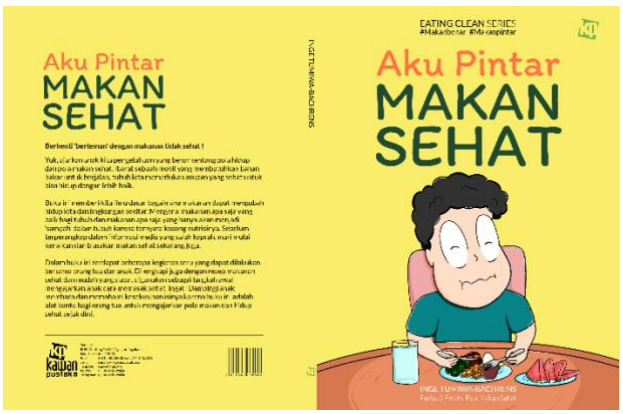
Kesimpulan yang dapat diambil dari analisis SWOT tidak lain adalah perancangan buku ilustrasi Aku Pintar Makan Sehat ini membutuhkan ilustrasi yang lebih dinamis sehingga lebih terlihat hidup, dapat disimpulkan juga pengaplikasian karakter akan sangat membantu dalam perancangan buku ilustrasi ini sehingga penyampaian informasi akan lebih interaktif. Dengan adanya pengaplikasian karakter pada perancangan buku ini muncul harapan buku ini akan menarik perhatian dan meningkatkan motivasi dalam membaca buku tersebut.

Konsep Kreatif

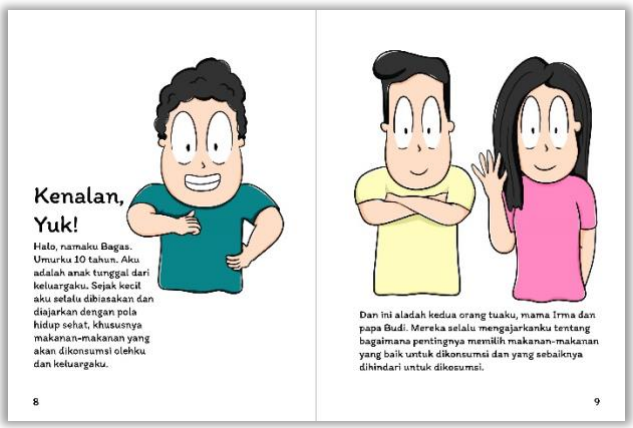
Konsep perancangan yang dilakukan adalah dengan menampilkan ilustrasi bergaya kartun dengan *outline*, pengaplikasian karakter dalam perancangan ini sangat mendukung dalam perancangan buku ini di mana buku ini akan terlihat menjadi lebih interaktif. Penggunaan *font* yang tidak kaku untuk isi buku membuat buku menjadi lebih *fun*. Pembuatan sketsa *thumbnail* juga membantu dalam pembuatan untuk mengeksplor lebih banyak susunan *layout* serta ilustrasi yang dapat dimasukkan dalam pembuatan satu halaman, tentunya penggunaan *grid* dalam susunan *layout* setiap halaman membuat buku ini menjadi lebih rapi. Skema warna yang digunakan pada perancangan ini adalah warna cerah dan *colourfull* agar dapat membangun emosi yang menyenangkan, namun divisualisasikan tidak terlalu mencolok agar tetap nyaman saat dilihat.

Untuk perancangan buku ini ilustrasi yang digunakan adalah ilustrasi digital, namun akan menghasilkan hasil rancangan berupa buku cetak. Buku ini akan memiliki format buku 24 cm x 18 cm dengan pertimbangan mengikuti ukuran buku asli, dan bidang luas yang dapat di isi dengan ilustrasi serta penggunaan *body text* bisa dibuat dengan ukuran besar sehingga cocok untuk anak-anak. Buku ini akan memiliki *cover* yang berbahan *art* karton dan kertas untuk bagian isi akan menggunakan kertas *art paper*.

Hasil Perancangan



Gambar 1: *Spread Halaman*



Gambar 2: *Spread Halaman 8-9*

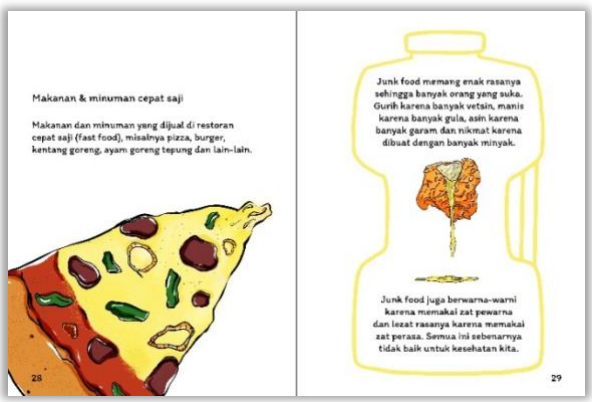
Gambar 3: *Spread Halaman 10-11*

 https://journal.untar.ac.id/index.php/Rupaka

Gambar 4: *Spread Halaman 18-19*

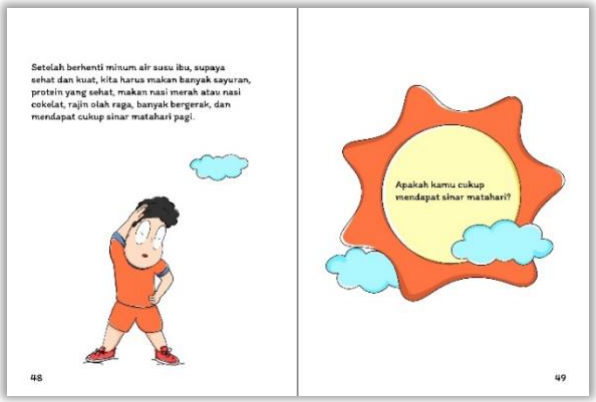
Gambar 5: *Spread Halaman 22-23*

Gambar 6: *Spread Halaman 24-25*



Gambar 7: *Spread Halaman 28-29*

Gambar 8: *Spread Halaman 42-43*

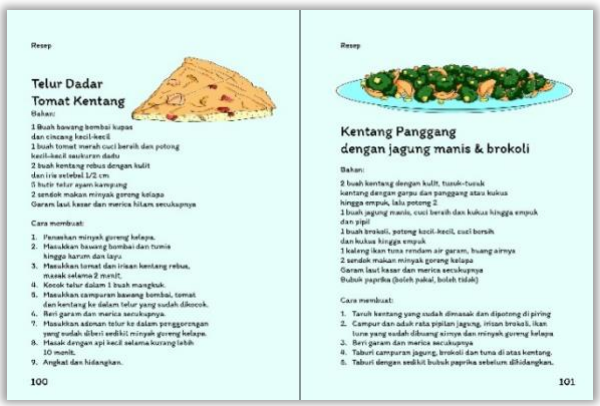


Gambar 9: *Spread Halaman 48-49*

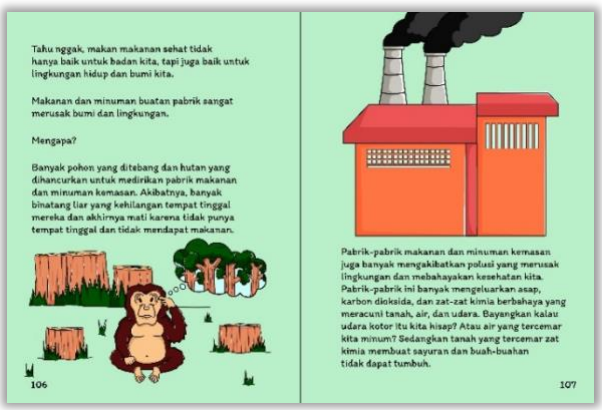
Gambar 10: *Spread Halaman 56-57*

Gambar 11: *Spread Halaman 78-79*

Gambar 12: *Spread Halaman 90-91*



Gambar 13: *Spread Halaman 100-101*



Gambar 14: *Spread Halaman 106-107*

A. Media Pendukung

Gambar 15: *Media Pendukung Pembatas Buku*

Gambar 16: *Media Pendukung Tote Bag*

Gambar 17: *Media Pendukung Botol Minum*

Simpulan

Pengaplikasian ilustrasi karakter pada perancangan ini dapat berpengaruh besar untuk menyampaikan informasi dengan lebih interaktif. Pengaplikasian karakter membuat buku terlihat lebih hidup dan membuat pembaca merasakan apa yang dilakukan oleh karakter tersebut, sehingga merasa terajak untuk mencobanya atau melakukannya. Buku ilustrasi yang menggunakan *style* ilustrasi yang sama juga membuat buku menjadi lebih seragam, atau lebih menyatu menjadi sebuah satu kesatuan.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Inge Tumiwa-Bachrens serta pihak Kawan Pustaka yang sudah memberi kemudahan proses perijinan perancangan ini, terima kasih juga untuk platform *Online Flipping Book* sehingga dapat menampilkan hasil buku cetak dalam bentuk digital, terima kasih juga kepada toko buku Gramedia yang sudah menyediakan buku yang dapat digunakan dalam perancangan ini sehingga berjalan dengan lancar. Terima kasih tentu juga kepada dua akademisi Kurnia Setiawan dan Pindi Setiawan yang telah membaca serta memberi kritik dan saran yang sangat berarti.

Daftar Pustaka

Agnesia, D. (2019). Peran Pendidikan Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja di SMA YASMU Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.

Fadli, M.R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif.

Hermina, H., S Prihatini. (2014). Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Penduduk Indonesia Dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI).

Ibeng, P. (2021). Pengertian Ilustrasi. https://pendidikan.co.id/pengertian-ilustrasi/.

Irawan, B, Tamara, P. (2013). Dasar-Dasar Desain.

Maharsi, J, (2018), Mengenal Berbagai Jenis Buku Bergambar Ala Komunitas 1001 Buku. https://komunita.id/2018/12/27/mengenal-berbagai-jenis-buku-bergambar-ala-komunitas-1001-buku/.

Muhammad, D.R.A. (2020). Pola Makan Sehat dan Bergizi untuk Meningkatkan Imunitas saat Terserang Covid-19.

Nareswari, F.D. (2020). Menggambar Ilustrasi: Pengertian dan Sejarah Ilustrasi. Kompas.com.

Nuryanto. Dkk. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar.

Putra, G.L.A.K. Yasa, G.P.P.A, Penggunaan Karakter Animasi 2D Dalam Multimedia Pembelajaran.

Putra, R.W. (2021). Pengantar Desain Komunikasi Visual Dalam Penerapan.

Putri, V.K.M. (2020). Pengtahuan Tentang Makanan Sehat. Kompas.com.

Sammona, P.P. (2019). Pengaryaan Perancangan Buku Dongeng Interaktif Sebagai Media Pembelajaran Moral Dengan Tema Dongeng Si Pahit Lidah.

Setiaputri, K.A. (2021). Mau Menyajikan Makanan Sehat untuk Anak? Ini Prinsip yang Harus Diketahui Orang tua, https://hellosehat.com/parenting/anak-6sampai9tahun/gizianak/makanan-sehat-untuk-anak/.

Setiautami, D. (2011). Eksperimen Tipografi alam Visual Untuk Anak.