

PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF MENGENAI PENTINGNYA MENGKONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK ANAK USIA 3-5 TAHUN

DESIGN INTERACTIVE BOOK ABOUT THE IMPORTANCE OF EATING FRUITS AND VEGETABLES FOR CHILDREN AGED 3-5 YEARS

Malinda Alfisyahr¹, Andreas Rio Adriyanto, S.E., M. Eng.²

¹Prodi S1 Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom

²Prodi S1 Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom

¹hi.malfisyahr@gmail.com₁

Abstrak

Indonesia memiliki perilaku konsumsi kurang sayur dan buah. Karenanya, menteri kesehatan RI membuat peraturan mengenai penerapan gizi seimbang yang berisi rekomendasi konsumsi sayur dan buah mencakup 50% dari 1 porsi makan. Pemberian sayur dan buah kepada anak sejak dini akan mendukung pemenuhan gizi seimbang bagi anak dan pembentukan pola makan sehat. Buah dan sayur merupakan sumber serat pangan yang memiliki efek baik apabila dikonsumsi rutin. Menurut Dr. Frieda Handayani Kawanto, Sp.A(K) kurangnya konsumsi sayur dan buah di Indonesia antara lain disebabkan tidak dimulainya pembentukan makan sehat sejak dini karena orang tua kesulitan harus melalui media apa dan bagaimana dalam memperkenalkan jenis serta manfaat dari sayur dan buah. Karenanya, penulis akan membuat sebuah media panduan mengenai pengenalan betapa pentingnya mengonsumsi sayur dan buah. Media panduan tersebut adalah buku interaktif yang membantu orang tua untuk memberikan pengetahuan kepada anak anaknya. Perancangan buku interaktif ini dilakukan dengan beberapa metode, yaitu studi pustaka, observasi, wawancara dan kuesioner. Dalam buku interaktif, terdapat program edukatif yang disuguhkan untuk melatih 3 aspek penting bagi anak. Antara lain, aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Diharapkan dengan adanya buku ini, orang tua mampu memberi edukasi betapa pentingnya mengonsumsi buah dan sayur kepada anaknya lalu anak dapat termotivasi untuk mengonsumsi sayur dan buah. Konsep perancangan buku ini menggunakan jenis buku interaktif *pull a tab* dan *peek a boo* berbasis ilustrasi sebagai media agar pembaca tertarik dan mudah memahami buku panduan tersebut.

Kata kunci : Buah, Sayur, Buku interaktif, Ilustrasi, Anak

Abstract

Indonesia has behavior about consumption of less fruits and vegetables. Therefore, Minister of health in Indonesia make a regulation about the application of nutrition balanced that containst recommendations of consumption fruits and vegetables includes 50 portions of 1 eat. Give our children fruits and vegetables when they was young will support nutritional balanced for them and create an eating healty. Fruits and vegetables have a good effect when consumed routine. Dr. Frieda Handayani Kawanto, Sp.A(K) said that lack of fruits and vegetables consumption in Indonesia is partly due to not eating healthy early because parents difficulties to go through any media and how to introduced types and benefits of fruits and vegetables. Therefore, writer will make a media to introduce about the importance of eating fruits and vegetables. The media is a interactive book who can help parents to give a knowledge to their children. This interactive book designed by several methods, literature study, observation, interviews and questionnaires. In interactive book, there is also educative program to train 3 importants aspect for children. Among others, cognitive aspects, affective and psychomotoric. With this book, we hope parents can educate their children about the importance of eating fruits and vegetables. This book uses the design concept about kinds of interactive books named *pull a tab* and *peek a boo* based illustration as a media for the reader interested and understand this book.

Words order : Fruits, Vegetables, Interactive book, Illustration, Children

Pendahuluan

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013, 93,5% masyarakat Indonesia pada usia 10 tahun ke atas memiliki perilaku konsumsi kurang sayur serta buah. Tingkat konsumsi sayur dan buah perkapitanya hanya sebesar 34,5 kg/tahun jauh di bawah rekomendasi *Food Agriculture Organization* (FAO) yaitu sebesar 73,5 kg/tahun. Karenanya, menteri kesehatan RI membuat peraturan no 41 tahun 2014 mengenai penerapan gizi seimbang yang berisi rekomendasi konsumsi sayur dan buah mencakup 50% dari 1 kali porsi makan. Sayuran merupakan sumber serat pangan dan memiliki efek yang sangat baik apabila dikonsumsi rutin akan meningkatkan fungsi imun tubuh sampai membantu menginduksi sel saraf sehingga memiliki efek pada perilaku belajar lebih baik, lebih mudah konsentrasi dan memperbaiki memori jangka panjang. Sebaiknya orang tua memberikan informasi mengenai peranan sayur dan buah guna mengubah perilaku makan anak ketika anak berusia 3 hingga 5 tahun. Dalam buku *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* ciptaan Syamsu Yusuf, pada saat seorang anak memasuki umur 4 tahun, tingkat berfikirnya sudah lebih maju. Anak mulai mampu bertanya mengenai sebab dan akibat melalui pertanyaan pertanyaan seperti mengapa dan bagaimana. (Yusuf : 2000)

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan sebuah buku yang dapat membantu orang tua memberikan edukasi kepada anak anaknya mengenai edukasi betapa pentingnya mengkonsumsi sayur dan buah yang didasari oleh beberapa metode seperti mengenal huruf atau angka serta mengenal bentuk dan warna.

Dalam penyusunan laporan ini, penulis menggunakan metode studi pustaka, observasi, wawancara dan kuesioner. Penelitian ini dilakukan di Jakarta dan Bandung, Indonesia. Periode penelitian dilakukan mulai bulan Februari – Mei 2017 kemudian dirangkaikan dengan perancangan visual pada bulan yang sama sampai dengan Juli 2017. Narasumber dari penelitian ini adalah perancang buku dan dokter anak.

Dasar Teori/Material dan Metodologi/Perancangan

Menurut Miarso dalam Susilana (2007, 6) Media adalah segala sesuatu yang dapat bermanfaat untuk menyalurkan pesan yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemauan untuk belajar. Media yang dipilih oleh penulis adalah buku interaktif. Menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI), buku adalah lembaran kertas yang berjilid dan berisi tulisan atau kosong sedangkan arti dari kata interaktif adalah bersifat saling melakukan aksi, antar hubungan dan saling aktif. Dengan demikian, buku interaktif dapat diartikan sebagai lembar kertas yang berjilid yang dapat melakukan aksi, antar hubungan dan saling aktif. Menurut jurnal yang ditulis oleh Fanny Wiliyanto Oey, terdapat beberapa jenis buku interaktif, antara lain *Pop Up, Peek a Boo, Pull Tab, Hidden Objects, Touch & Feel*.

Desain Komunikasi Visual adalah suatu ilmu yang mempelajari konsep komunikasi serta ungkapan kreatif melalui berbagai media untuk menyampaikan pesan dan gagasan secara visual dengan mengelola elemen-elemen grafis. Dengan demikian gagasan bisa diterima oleh orang atau kelompok yang menjadi sasaran penerima pesan. (Kusrianto, 2007 : 2). Di dalam teori DKV terdapat beberapa elemen elemen DKV, antara lain yaitu garis, bidang, warna, tekstur, layout dan tipografi.

Pembahasan

Data

Dalam perancangan buku interaktif ini, penulis memilih PERSAGI sebagai institusi karena penulis dan PERSAGI memiliki tujuan yang sama yaitu meningkatkan kesejahteraan rakyat Indonesia melalui perbaikan gizi. Maka, buku yang akan dirancang oleh penulis akan memiliki manfaat yang besar dan berdampak positif untuk anak-anak serta orang tuanya.

Data yang akan penulis angkat menjadi topik pada tugas akhir yaitu mengenai berbagai macam buah dan sayur beserta manfaatnya berdasarkan penggolongan warna.

Konsep dan Hasil Perancangan

Konsep Pesan

Pesan yang ingin disampaikan pada perancangan ini yaitu membantu para orang tua yang merasa membutuhkan media untuk memberikan edukasi kepada anak anaknya agar dapat mengenal sayur dan buah dan diharapkan dengan adanya buku ini, anak dapat mengetahui khasiat atau manfaat dari sayur dan buah sehingga timbul rasa ingin mencoba dan akan menyukainya.

Konsep Kreatif

Buku interaktif mengenal sayur dan buah untuk anak usia 3-5 tahun ini dibuat dengan jenis buku interaktif *touch and feel* serta *peek a boo* dan dengan ilustrasi atau gambar yang menarik. Buku ini dilengkapi dengan bahasa Indonesia. Selain belajar pengetahuan mengenai manfaat sayur dan buah, di dalam buku ini terdapat beberapa permainan yang dapat dinikmati oleh orang tua dan anak anaknya pada saat membaca bersama.

Konsep Media

Buku interaktif yang berjudul “Belajar Sayur & Buah Secara Interaktif” akan dirancang dengan kriteria sebagai berikut :

Jenis produk	: Buku interaktif
Judul buku	: Belajar Sayur & Buah Secara Interaktif
Ukuran buku	: Hard Cover (22 x 22 cm) dan Isi (20 x 20 cm)
Jenis kertas	: Art Paper 260gr
Jumlah halaman	: 15 Halaman

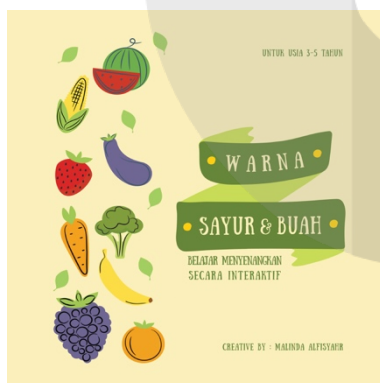
Konsep Visual

Buku interaktif ini menggunakan elemen visual seperti ilustrasi kartun dengan warna contrast terutama merah, kuning, hijau, orange dan ungu. Layout yang digunakan pada cover buku menggunakan format vertikal kiri, dimana letak ilustrasi atau gambar berada di samping sebelah kiri (judul) dan untuk isinya, akan menggunakan jenis layout horisontal atas, bawah dan tengah. Tipografi yang digunakan adalah jenis font Sans Serif agar memberikan kesan yang akrab dan sederhana sehingga mudah dibaca oleh anak – anak.

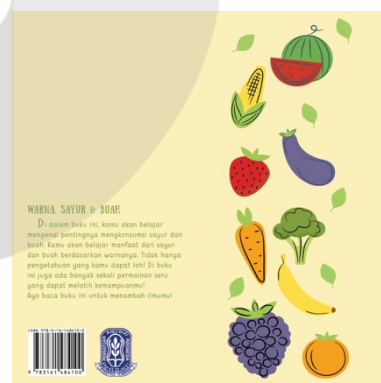
Konsep Bisnis

Sumber dana untuk produksi dan promosi buku interaktif ini berasal dari institusi terkait yaitu Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI).

Hasil Perancangan



Gambar 1.1 Cover Depan



Gambar 1.2 Cover Belakang



Gambar 1.3 Isi Buku



Gambar 1.4 Isi Buku

Kesimpulan

Kesimpulan. Berdasarkan hasil pengamatan dan perancangan Tugas Akhir yang telah dilakukan oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa Anak Usia 3 – 5 Tahun yang telah membaca dan mempelajari konten dari buku ini memiliki minat untuk mengonsumsi sayur dan buah, Orang tua dari anak-anak yang telah membaca dan mempelajari konten dari buku ini merasa terbantu dengan adanya buku ini karena buku ini memberikan gambaran mengenai manfaat sayur dan buah kepada si Kecil untuk mengonsumsi sayur dan buah dan Pemberian sayur dan buah kepada anak sejak usia dini akan mendukung pemenuhan gizi seimbang bagi optimalisasi tumbuh kembang anak dan pembentukan pola makan sehat yang berlanjut sampai usia dewasa.

Daftar Pustaka:

- [1] Arikunto S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- [2] Arsyad, A. (2002). *Media Pembelajaran*, Jakarta: Rajawali Pers
- [3] Brown, Judith W. (2005). *Nutrition Throughout The Life Cycle*, Yolanda Casio
- [4] Caputo, Tony C. (2003). *Visual Story Telling The Art & Technique*. New York: Watson – Guptill Publications.
- [5] Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Bahasa (Indonesia). (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- [6] Kartini, Kartono. (1982). *Pemimpin Dan Kepemimpinan*. Jakarta : CV. Rajawali
- [7] Kusrianto, Adi. (2007). *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta : Andi Offset
- [8] Miarso, Yusufhadi. (1989). *Media Pembelajaran*.
- [9] Rothein, L., Meinbach, A. M (1991). *The Literatur Connection*. USA: Scott Foresmen Company.
- [10] Rustan, Surianto. (2009). *Layout Dasar dan Penerapannya*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- [11] Rustan, Surianto. (2010). *Layout Dasar dan Penerapannya*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- [12] Sanyoto, Sadjiman Ebd. (2009). *Nirmana (Dasar-Dasar Seni dan Desain)*. Yogyakarta : Jalasutra.
- [13] Sarumpaet, Riris K. Toha. (2010). *Pedoman Penelitian Sastra Anak*, Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- [14] Sihombing, Danton. (2001). *Tipografi Dalam Desain Grafis*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- [15] Sitepu, Vinensius. (2004). *Panduan Mengenal Desain Grafis*.
- [16] Soewardikoen, Didit Widiatmoko. 2013. *Metodologi Penelitian Visual dari Seminar ke Tugas Akhir*. Bandung: CV. Dinamika Komunika.
- [17] Sri Witari, Ni Nyoman & Widnyana, I Gusti Nyoman. (2014). *Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- [18] Stevenson, Angus. (2010). *Oxford Dictionary of English*. OUP Oxford.
- [19] Supriyono, Rachmat. (2010). *Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta.
- [20] Susilana, Rudi. (2007). *Media Pembelajaran Hakikat, Pengembangan, Pemanfaatan dan Penilaian*. Bandung : CV Wacana Prima.
- [21] Warsita, Bambang. (2008). *Teknologi Pembelajaran: Landasan & Aplikasinya*. Jakarta: Rineka.
- [22] Wibowo, Iyan. (2007). *Anatomi Buku*. Bandung: Kolbu
- [23] Yusuf, H. Syamsu. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- [24] www.bimba-aiueo.com (7 April 2017, 15:00 WIB)
- [25] www.bukoe.com (21 Maret 2017)
- [26] www.bukugaby.com (21 Maret 2017)
- [27] www.dgi-indonesia.com (27 Maret 2017)
- [28] www.femina.com.id (26 Maret 2017, 17:10 WIB)
- [29] www.food.detik.com (8 Maret 2017, 22:12 WIB)
- [30] www.instagram.com (22 Maret 2017, 20:20 WIB)
- [31] www.kampusq.com (26 Maret 2017, 16:43 WIB)

- [32] www.konsultankolestrol.com (26 Maret 2017, 16:30 WIB)
- [33] www.persagi.com (8 Maret 2017, 22:40 WIB)
- [34] www.portalganda.com (22 Maret 2017, 19:48 WIB)
- [35] www.wikipedia.com (22 Maret 2017, 19:33 WIB)

