

# PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI PANDUAN OLAMRAGA YANG AMAN DAN TEPAT UNTUK ANAK

## ILLUSTRATION BOOK DESIGN ABOUT SAFE AND RIGHTS SPORT GUIDE FOR CHILDREN

Atika Kusuma Wardhani<sup>1</sup>, Yanuar Rahman, S.Ds., M.Ds.<sup>2</sup>

Prodi S1 Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Telkom University

<sup>1</sup>atikakw15.work@gmail.com, <sup>2</sup>vidiyan@gmail.com

### Abstrak

Olahraga adalah suatu aktivitas yang memiliki segudang manfaat terutama pada anak-anak usia dini. Olahraga dapat membantu anak menjadi lebih sehat dan bugar. Faktor keselamatan saat berolahraga sangat penting untuk diperhatikan agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti cedera. Cedera pada anak-anak dapat terjadi di mana saja seperti di rumah, dan di sekolah tanpa sepengetahuan orangtua maupun guru, alangkah baiknya jika anak sudah dibekali pengetahuan akan pentingnya panduan berolahraga yang aman dan tempat. Menurut survey yang telah dilakukan menunjukkan bahwa masih banyaknya orangtua yang belum mengetahui betapa pentingnya pengetahuan akan panduan olahraga yang aman dan tepat untuk anak Perancangan buku ilustrasi ini menggunakan teknik studi pustaka, observasi, wawancara, kuisisioner dan analisis matriks. Oleh karena itu dibutuhkan sebuah media untuk membantu dalam menyampaikan informasi panduan berolahraga yang aman dan tepat kepada anak-anak. Buku ilustrasi dipilih sebagai media dalam menyampaikan informasi agar lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak. Hasil penelitian dan perancangan ini diharapkan dapat membantu menyampaikan informasi kepada anak-anak tentang manfaat panduan olahraga yang aman dan tepat saat berolahraga. Kata kunci: buku, ilustrasi, olahraga, anak, sehat

### Abstract

*Sports is an activity that has a myriad of benefits for early childhood. Sports can help children become healthier and fitter. While exercising, safety factor is a very important to be considered so some unwanted things won't happen like an accident. Accordings to the survey that has been done, there are some parents who don't know about how important it is a knowledge about safe and right sports guide for children, therefore the authors were interested in making media like illustration books which contains about safe and right sport guides for children that would be able to help parents for understanding. The method of making this illustration book uses techniques of literature study, observation, interviews, questionnaires and matrix analysis. Therefore a media was needed to assist for delivering information about safe and right sport guide for children. Illustration books are chosen as a media to delivering information who would be more attractive and would be easily understood by childrens. The results of this research and design were expected to be able to help delivering information to children about the benefits of safe and right sport guide when exercising.*

*Keywords: books, illustrations, sports, children, healthy*

## Pendahuluan

Olahraga adalah salah satu aktivitas untuk melatih fisik dan psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan tubuh manusia. Menurut Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI), olahraga adalah kata kerja yang diartikan sebagai gerak badan agar sehat. Olahraga dapat membantu anak-anak untuk memiliki kondisi tubuh yang bugar dan akan membantu untuk mendapatkan kulit yang lebih baik. Anak-anak yang memiliki kondisi bugar memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi rintangan fisik dan emosi. Pengenalan keselamatan dalam berolahraga dapat dilakukan sedari anak berumur 6-8 tahun. Pada umumnya anak usia 6-8 tahun sudah memasuki usia jenjang pendidikan sekolah dasar kelas awal. Masa anak sekolah dinamakan dengan masa intelektual, dimana pada masa ini anak-anak akan merasa siap untuk mendapatkan pendidikan di sekolah dasar, dan perkembangannya akan berpusat pada aspek intelek. Anak-anak pada masa sekolah dasar akan merasa siap untuk menerima tuntutan yang dapat timbul dari orang lain dan dapat melaksanakan/menyelesaikan tuntutan itu. Pada masa sekolah dasar anak akan mempunyai energi yang berlebih sehingga dapat disalurkan melalui kegiatan bergerak, keinginan untuk mengetahui hal-hal baru yang berada dilingkungannya. Di sekolah siswa akan diajarkan tentang budaya selamat, pengenalan budaya keselamatan dilakukan mulai dari hal kecil seperti dengan diberikan petunjuk mengenai keselamatan berjalan, menyebrang, bersepeda, berolahraga, berkendara dan dalam kondisi darurat bencana seperti kebakaran, gempa dan lain-lain. (Hutasoit dan Widowati, 2017:67).

Sukamin (2005) mengatakan bahwa cara terbaik untuk menghadapi cedera olahraga adalah dengan mencegahnya, hal ini adalah salah satu cara yang tepat karena mencegah adalah suatu usaha yang paling menentukan dalam menciptakan keadaan aman dalam suatu aktivitas, termasuk olahraga. (Dharmadi, et al, 2015:625). Cedera pada anak-anak bisa terjadi di mana saja seperti di rumah, dan di sekolah. Peran guru olahraga di sekolah selain mengajarkan olahraga kepada anak juga membantu mengajarkan kepada anak tentang aturan-aturan dasar dalam melakukan olahraga contohnya melakukan pemanasan dengan benar agar otot-otot dalam tubuh akan menjadi lemas sehingga risiko terkena kram atau cedera bisa dihindari. Guru di sekolah dan para orangtua membutuhkan buku panduan dalam membantu mengajarkan kepada anak tentang keselamatan dalam berolahraga, maka dari itu penulis tertarik untuk merancang sebuah media informasi berupa buku ilustrasi mengenai bagaimana olahraga yang aman dan benar untuk anak.

## Permasalahan

- a. Kurangnya pengetahuan orangtua tentang panduan keselamatan dalam berolahraga.
- b. Kurangnya media penyampaian informasi tentang keselamatan dalam berolahraga dengan aman dan tepat.

## Rumusan Masalah

Bagaimana menyampaikan informasi tentang panduan berolahraga yang baik dan benar kepada anak, orangtua dan guru buku ilustrasi yang mudah untuk dimengerti?

## Tujuan Perancangan

Memberikan panduan kepada anak, orangtua dan guru bagaimana cara berolahraga dengan aman dan tepat.

## Landasan Teori


Buku menurut PUEBI adalah kumpulan lembar kertas yang digabungkan kemudian dijilid. Buku memiliki anatomi yang dibagi menjadi dua bagian yaitu bagian luar buku dan bagian dalam buku. Buku bacaan untuk anak banyak jenisnya, menurut Murti Bunanta (2008) menyatakan bahwa buku bacaan dibagi menjadi fiksi dan non fiksi. Buku fiksi terdiri dari buku bacaan bergambar, komik, sastra tradisional, fantasi modern, fiksi realistik, fiksi sejarah, dan puisi, sedangkan buku non fiksi terdiri dari buku informasi dan buku biografi. Desain Komunikasi visual dulu dikenal sebagai desain grafis. Desain komunikasi saat ini telah berkembang dengan sangat pesat, karena dapat memadukan elemen yang ada dengan keterampilan komunikasi untuk tujuan bisnis. Elemen grafis memiliki peran penting dalam pembuatan buku ilustrasi, elemen grafis yang digunakan antara lain adalah ilustrasi, tipografi, warna, layout, teknik cetak. Selain menggunakan elemen grafis juga menggunakan cerita sebagai teori pendukung, cerita adalah kumpulan dari serangkaian kejadian yang memiliki susunan didalamnya dan ditambah bumbu cerita untuk membuatnya tambah menarik.

## Pembahasan

- a. Data
 

Data yang digunakan adalah data yang nantinya dapat mendukung penulis dalam pembuatan buku ilustrasi. Data yang digunakan adalah studi pustaka, observasi, wawancara kuesioner dan observasi.
- b. Analisis
 

Analisis yang digunakan analisis matriks. Analisis matriks digunakan untuk menganalisis dengan cara membandingkan atau mensejajarkan buku ilustrasi yang ada di toko buku/pasaran. Hasil dari menganalisis dapat digunakan dalam pembuatan buku ilustrasi.

	Buku 1	Buku 2	Buku 3
			
Judul Buku	Tu, Wa Ga. Asyiknya Berolahraga	Putri Vania Rajin Berolahraga	Lola dan Loli
Penerbit	PT Gramedia Pustaka Utama	Tiga Ananda	Tiga Ananda
Penulis	Kwon Ja Kyung	Dyah Umi Purnama	Vicka Farah Diba
Tahun Terbit	2018	2017	2019
Ukuran	18x24 cm	19x20 cm	19x20 cm
Jumlah Halaman	96 Halaman	36 Halaman	36 Halaman
Jenis jilid	Perfect binding	Saddle stitching	Saddle stitching
Jenis kertas	Book Paper	Book Paper	Book Paper
Bahasa	Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia
Ilustrasi	Gaya yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan gaya ilustrasi kartun.	Gaya yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan gaya ilustrasi kartun.	Gaya yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan gaya ilustrasi kartun.
Tipografi	Font yang digunakan pada judul dan isi buku tersebut keduanya sama – sama menggunakan font tipe <i>sans serif</i> .	Font yang digunakan pada judul dan isi buku tersebut keduanya sama – sama menggunakan font tipe <i>sans serif</i> .	Font yang digunakan pada judul dan isi buku tersebut keduanya sama – sama menggunakan font tipe <i>sans serif</i> .

Warna	Warna yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan warna-warna yang cerah dan menarik untuk anak-anak.	Warna yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan warna-warna yang cerah dan menarik untuk anak-anak.	Warna yang digunakan pada buku ilustrasi tersebut menggunakan warna-warna yang cerah dan menarik untuk anak-anak.
Layout	Pembagian teks pada buku dan ilustrasi tidak terlalu seimbang, pada buku ini yang lebih dominan adalah teks daripada ilustrasinya dengan perbandingan 80:20.	Pembagian teks dan ilustrasi seimbang, dalam buku ini ilustrasi lebih menonjol daripada teks cerita dengan perbandingan 30:70.	Pembagian teks dan ilustrasi seimbang, dalam buku ini ilustrasi lebih menonjol daripada teks cerita dengan perbandingan 30:70.

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

### Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa buku adalah media yang tepat untuk anak-anak dan orangtua dalam menyampaikan informasi mengenai panduan olahraga. Hasil dari analaisi adalah buku akan menggunakan tipografi sans serif untuk judul dan isi, jenis ilustrasi yang digunakan adalah jenis kartun, ukuran buku akan sesuai dengan yang ada di pasaran yaitu 19x20 cm, jumlah halaman kurang lebih memiliki 36 halaman, terakhir layout buku akan menggunakan porsi 30:70 untuk ilustrasi dan teks.

**Konsep dan Perancangan**

Konsep yang disampaikan oleh penulis melalui buku ilustrasi adalah dengan memberikan informasi panduan olahraga melalui sebuah buku yang memiliki cerita di dalamnya dengan menggunakan bahasa sehari-hari. Cerita yang digunakan dalam buku ilustrasi tersebut adalah cerita sehari hari dengan berlatar belakang di sekolah. Selain itu, dalam buku ilustrasi ini juga terdapat tips saat berolahraga. Buku tersebut akan memiliki halaman yang khusus diisi oleh anak agar anak dapat menilai dirinya sendiri. Perancangan buku menggunakan ilustrasi gaya kartun, tipografi sans serif, dan warna. Buku ini berjenis *chapter book*/buku seri, yang berjudul “Lari Sama Tita Yuk!”. Buku ini memiliki 44 halaman dengan jenis kertas Savile Row 200gr dan soft cover art paper.

**Ilustrasi**

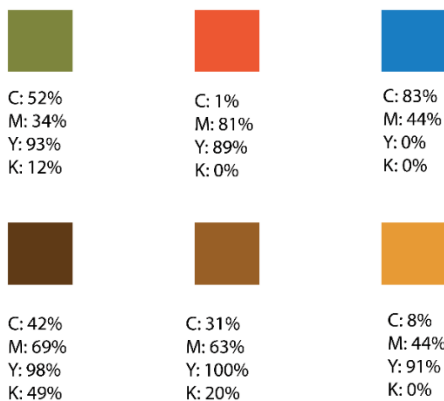
Ilustrasi yang digunakan adalah dengan menggunakan gaya ilustrasi kartun ilustrasi yang digunakan ditujukan untuk membantu informasi dapat tersampaikan dengan baik dan membantu anak-anak untuk memahami buku bacaan.



Gambar 1. Ilustrasi  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

**Warna**

Warna-warna yang akan digunakan adalah warna-warna cerah yang dapat mewakili sifat anak-anak yang suka bermain dan aktif. Tema untuk palet warna pada buku ilustrasi adalah warna-warna alam dengan latar belakang di sekolah. Berikut beberapa palet warna yang digunakan:



Gambar 2. Warna  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

**Tipografi**

Judul yang digunakan dalam perancangan menggunakan font sans serif mengikuti hasil analisis matriks.



Gambar 3. BubbleGum Font  
(Sumber: [ffonts.net/BubbleGum](http://ffonts.net/BubbleGum))

Tipografi Isi buku menggunakan font sans serif mengikuti hasil analisis matriks.



Gambar 4. Playtime Font  
(Sumber: [cooltext.com](http://cooltext.com))

**Karakter**

- a. Tita, tita adalah tokoh utama buku cerita yang berumur 7 tahun.



Gambar 5. Ilustrasi Tita  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

- b. Bu Lilis, adalah guru olahraga Tita di sekolah



Gambar 6. Ilustrasi Bu Lilis  
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Hasil Perancangan



Gambar 10. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 11. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 12. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 13. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 14. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 15. Hasil Perancangan (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari analisis data dan perancangan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan pentingnya peran orangtua dan guru untuk mengetahui panduan olahraga yang benar bagi anak yang kemudian informasi tersebut dapat dilanjutkan kepada anak-anak agar terhindar dari kecelakaan seperti cedera.

Berdasarkan hasil penelitian masih terdapat orang tua yang belum memahami betapa pentingnya panduan olahraga yang aman dan tepat untuk anak agar terhindar dari cedera. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat orang tua yang tidak terlalu mengetahui bagaimana panduan olahraga yang benar. Menurut data dari hasil kuesioner sebagian besar responden setuju jika buku ilustrasi adalah media yang tepat untuk menyampaikan panduan olahraga yang tepat untuk anak.

Pada proses pembuatan buku ilustrasi terdapat konsep pesan, konsep kreatif, konsep visual, konsep bisnis dan konsep media yang memiliki peranan penting karena dapat mempengaruhi minat target audiens. Pembuatan konsep didasari dari hasil analisis matriks berupa ukuran buku yang ada umumnya digunakan, pembagian layout yang sesuai, warna yang umum digunakan pada buku anak dan font yang digunakan dalam pembuatan judul dan isi buku.

Diharapkan buku ilustrasi ini nantinya dapat memberikan dampak positif bagi siapapun yang membacanya. Selain untuk meningkatkan minat baca pada anak, namun juga menambah wawasan penting seputar panduan olahraga yang aman dan tepat untuk anak.

Daftar Pustaka

Sumber buku

Bunanta, Murti. 2008. *Buku, Mendongeng dan Minat Membaca*. Jakarta: Kelompok Pecinta Bacaan Anak.

Kusrianto, Adi. 2007. *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: ANDI.

Priyatna, Andri. 2011. *Fit'n Fun*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Sit, Masganti. 2017. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Depok: Kencana.

Supriyono, Rakhmat .2010. *Desain Komunikasi Visual - Teori dan aplikasi*. Yogyakarta: ANDI.

Yuliatin, Enik. 2012. *Bugar dengan Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka

Sumber jurnal

Dharmadi, Made Agus, I Nyoman Kanca, Ni Luh Putu Tuti Ariani. 2015. *Keselamatan Olahraga Melalui Buku Pedoman Keselamatan Dalam Olahraga*. 4(2).

Hutasoit, Fitri Evanti, Evi Widowati. 2017. *Gambaran Penerapan Safety Education*

- (Pendidikan Keselamatan) Di Sekolah Dasar.  
Journal of Health Education. 2(1).
- Kushithawati, Susy, Rahadyan Magetsari, Nawi Ng.  
2007. Faktor Risiko Terjadinya Cedera Pada  
Anak Usia Sekolah Dasar. Berita Kedokteran  
Masyarakat. 23(3); 131-141
- Rubiyatno. 2014. Peranan Aktivitas Olahraga Bagi  
Tumbuh Kembang Anak. Jurnal Pendidikan  
Olah Raga. 3(1).
- Syaodih, Ernawulan. 2003. Perkembangan Anak  
Usia Dini (Usia 6-8 Tahun).