

ABSTRAK

Kenaikan berat badan secara signifikan pada kalangan mahasiswa terutama saat pandemi ini sangat mengkhawatirkan karena dapat menjurus pada suatu penyakit kronis. Penyakit yang terjadi akibat penimbunan lemak secara berlebihan di dalam tubuh ini disebut obesitas. Kurangnya aktivitas dan tidak selektif dalam memilih makanan yang dikonsumsi menjadi salah satu penyebabnya. Jika hal ini dibiarkan saja maka tidak akan mengagetkan jika angka obesitas di Indonesia akan bertambah. Banyak dampak buruk yang timbul apabila pola hidup seperti ini tetap dilakukan. Maka dari itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat sebuah solusi berupa media edukasi yang dapat diakses untuk kemudian digunakan untuk mempelajari mengenai kalori pada makanan dan minuman yang dikonsumsi. Dalam pengerjaan tugas akhir terdapat dua jenis metode yang digunakan yakni yang pertama adalah metode kualitatif, digunakan untuk mengumpulkan data dengan melakukan wawancara, studi pustaka, dan menyebarkan kuisioner. Sedangkan untuk metode analisisnya akan menggunakan metode analisis matriks. Perancangan tugas akhir ini diharapkan menghasilkan media edukasi digital untuk digunakan oleh mahasiswa sebagai sumber informasi mengenai kalori agar lebih mempertimbangkan asupan kalori yang dikonsumsi setiap harinya. Berdasarkan permasalahan yang ada, dibutuhkan suatu media edukasi kalori untuk mahasiswa memilih asupan harian dalam upaya mencegah kenaikan berat badan signifikan yang dapat mengarah kepada obesitas.

Kata Kunci : Desain Komunikasi Visual, Pencegahan, Obesitas, Diet, Kalori, Aplikasi