

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan laporan indeks pembangunan olahraga tahun 2023 oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora), sebanyak 76% masyarakat Indonesia termasuk dalam kategori tidak bugar, dan 53,63% diantaranya tergolong sangat tidak bugar dan hanya 5,86% masyarakat yang dikategorikan sangat bugar atau prima. Dan dengan tingkat kebugaran yang rendah, dapat mempengaruhi fungsi kognitif dan mengganggu tingkat produktivitas tiap individu. Penemuan ini memperlihatkan adanya urgensi untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam aktivitas fisik, terutama di kalangan usia produktif.

Di tengah rendahnya tingkat kebugaran penduduk Indonesia, fenomena *Fear of Missing Out (FoMo)* justru muncul sebagai pemicu yang positif untuk bisa mengubah gaya hidup masyarakat Indonesia, khususnya untuk kalangan generasi muda. Menurut Przybylski (2013), *FoMo* adalah perasaan gelisah yang timbul akibat melihat aktivitas menyenangkan orang lain, terutama melalui media sosial yang memunculkan dorongan kuat untuk ikut serta. Dalam konteks olahraga, *FoMo* bisa memiliki dampak positif, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda dengan mendorong mereka untuk mulai aktif berolahraga (Aslam & Wiyono, 2021). Beberapa di antaranya dapat memicu motivasi untuk mengejar kesempatan baru, memperluas koneksi sosial, meningkatkan produktivitas, serta memupuk kesadaran mengenai kehidupan.



Gambar 1. 1 Lari Pagi di Lapangan Gasibu, Bandung
(Sumber: <https://www.detik.com/jabar/wisata/d-6243476/10-rekomendasi-tempat-jogging-di-bandung-olahraga-makin-asik>)

Salah satu bentuk nyata dari *FoMO* olahraga dapat ditemukan dalam tren lari di kalangan anak muda Indonesia. Seperti yang dirilis oleh laman [Kumparan.com](https://www.kumparan.com), lari tidak hanya sebuah dari sekedar dari kebugaran fisik, namun juga menciptakan sebuah fenomena sosial yang menarik perhatian yaitu tren *FoMO* lari. *FoMO* memainkan peran penting dalam memotivasi orang untuk terlibat dalam kegiatan olahraga. Platform media sosial seperti Tiktok, membuktikan maraknya tagar seperti #PelariKonten, #LariPagi, #RunWithMe dan #pelarikalcer, yang dapat memperlihatkan video-video anak muda berlari di pagi hari mengenakan *outfit sporty*, musik motivasional, serta narasi inspiratif yang mengajak anak muda untuk memulai olahraga. Bahkan dalam tren ini, tidak sedikit orang yang akhirnya berubah menjadi *influencer* olahraga, mempromosikan peralatan lari, gaya hidup sehat, hingga membentuk komunitas-komunitas olahraga.

Tren ini juga diperkuat oleh dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) yang mencatat bahwa 41,54% masyarakat Indonesia menyukai olahraga lari dan sisanya olahraga seperti strength training dan menurut survei dari laman Understanding Indonesia's Sports Trends, lari menjadi olahraga luar ruangan paling populer. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga lari telah menjadi salah satu bentuk aktivitas fisik yang paling diminati saat ini.

Fenomena ini sangat relevan dengan kelompok usia 18-25 tahun yang dalam teori Emerging Adulthood (Arnett, 2019) berada pada fase peralihan dari remaja ke dewasa awal. Pada tahap inilah seorang individu mulai merencanakan dan mencari jati diri serta arah hidup yang lebih bermakna. Kelompok ini termasuk dalam usia produktif dengan kondisi fisik dan mental pada puncaknya (Kemenkes RI, 2021), yang sehingga dapat sangat responsif terhadap pengaruh eksternal seperti tren olahraga. Menurut Survei yang dilakukan oleh perusahaan riset Populix pada November 2024 terhadap 1.030 responden Gen Z yang mencakup usia 18-25 bahwa 94% menggemari olahraga lari luar lapangan paling digemari ([Kompas.id](https://kompas.id)). Dan karena karakter psikologi pada usia tersebut, terlebih menurut *IDN Times* yang merilis Indonesia *Gen Z Report*, mereka memiliki screen time yang tinggi dan terpapar dengan tren atau fenomena sosial yang terjadi pada sosial media membuat mereka lebih terbuka dengan kesempatan yang akan datang. Salah satu manfaat dari olahraga lari bagi anak muda adalah meningkatkan kebugaran fisik, memperkuat otot tubuh, meningkatkan stamina, dan meningkatkan daya tahan fisik menurut Kompasiana.com

Dalam Upaya menyampaikan pesan mengenai pentingnya gaya hidup sehat melalui fenomena FoMO olahraga ini, media animasi dipilih sebagai media utama. Animasi dipilih karena memiliki kekuatan visual yang tinggi dan sangat mampu untuk menyampaikan pesan yang kompleks secara menyenangkan dan mudah dicerna (Afrilia, 2022). Animasi juga bentuk seni yang dapat menjangkau kalangan usia, animasi tidak serta merta hanya memberikan hiburan, tetapi juga mampu menyampaikan pesan moral dan edukasi dengan kuat, seperti animasi pendek *Prognosis* (2020) dan animasi durasi panjang seperti film *Inside Out* (2015).

Selain itu, target khalayak sasaran usia 18-25 tahun juga merupakan konsumen konten digital yang aktif dan menyukai bentuk komunikasi visual yang menarik. Berdasarkan data dari laman situs televisi kabel Amerika yaitu *FXX* yang merupakan dari bagian *FX Networks* dan laman *Hubspot (Customer Relationship Management) platform*, pemirsa animasi dewasa menunjukkan minat tinggi terhadap kategori olahraga, bisnis dan gaya hidup, membuktikan bahwa film dengan genre tersebut dapat menjadi sarana komunikasi yang tepat sasaran.

Dalam produksi animasi, salah satu aspek penting yang berperan besar dalam menarik perhatian dan menyampaikan pesan adalah seorang karakter dalam film animasi tersebut. Ruyattman (2013) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa karakter

merupakan elemen penting yang tidak hanya menyampaikan cerita, tetapi menjadi representasi nilai dari pesan yang ingin disampaikan. Karakter yang kuat, relevan, dan representatif terhadap target khalayak sasaran dapat meningkatkan daya ingat dan keterlibatan penonton terhadap isu yang diangkat.

Melalui perancangan desain karakter dalam animasi pendek tentang dampak positif FoMO olahraga ini, terkhusus lari, diharapkan dapat mengangkat sudut pandang positif dari tren sosial yang seringkali dianggap negatif, serta mendorong generasi muda untuk lebih peduli terhadap kesehatan fisik mereka. Film animasi ini tidak hanya menjadi media hiburan belaka, tetapi juga berperan sebagai alat edukatif yang menyenangkan dan berdampak ke *society*.

1.2 Permasalahan

1.2.1 Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah dari latar belakang yang dipaparkan pada penelitian ini adalah :

- Tingkat kebugaran individu yang rendah karena tidak pernah melakukan aktivitas fisik.
- Dampak positif dari tren sosial pada fenomena *FoMO* dalam konteks olahraga lari yang belum banyak diangkat sebagai tema utama dalam film animasi.
- Dibutuhkannya perancangan desain karakter dalam media film animasi yang ingin menyampaikan dampak positif dari tren fenomena *FoMO* olahraga.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan pada penelitian ini adalah,

- Bagaimana membuat narasi mengenai dampak positif terhadap individu dari fenomena *FOMO* dalam olahraga, khususnya lari?
- Bagaimana perancangan desain karakter dalam film animasi berjudul “Turning Point” tentang dampak positif fenomena FoMO olahraga lari untuk meningkatkan kebugaran tubuh dewasa muda di Indonesia?

1.3 Ruang Lingkup

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian ini dapat terfokuskan dengan baik. Pembatasan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Perancangan desain karakter dalam film animasi yang berjudul “Turning Point” yang mengangkat tentang fenomena FoMO olahraga di Indonesia
- Perancangan ini ditujukan kepada target khalayak sasaran yang sedang dalam fase dewasa awal dan dalam usia produktif yaitu usia 18-25 tahun, di mana mereka sedang ada dalam fase menyiapkan diri dalam dunia kerja.
- Proses perancangan ini dilakukan di Bandung
- Seluruh proses penelitian ini dilakukan pada bulan September 2024 hingga Juni 2025.
- Perancangan ini dilakukan untuk mengangkat dampak positif fenomena FoMO olahraga di kalangan dewasa muda untuk meningkatkan kebugaran para dewasa muda

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

- Merancang karakter desain yang tepat sasaran dan sesuai dengan tema dalam film animasi berjudul “*Turning Point*”
- Menciptakan narasi yang menggambarkan bagaimana *FoMO* Olahraga dapat menjadi motivasi positif untuk memulai dan menajaga kebiasaan olahraga serta dampaknya untuk kebugaran tubuh dan produktivitas
- Mengembangkan elemen visual dan narasi yang menarik serta inspiratif untuk penonton tentang pentingnya memanfaatkan *FoMO* olahraga sebagai dorongan untuk hidup lebih sehat dan bugar

Hasil perancangan diharapkan diharapkan dapat bermanfaat dalam meningkatkan tingkat kebugaran tubuh masyarakat di Indonesia.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Penulis

Perancang mendapat wawasan lebih mengenai dampak positif melakukan olahraga dan pengetahuan lebih mengenai kesehatan.

1.5.2 Manfaat Bagi Pembaca

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, bisa menjadi literatur kesadaran kepada para pembaca.

1.6 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Menurut Moleong (2005: 4), penelitian kualitatif deskriptif adalah pendekatan penelitian dimana data-data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar-gambar dan bukan angka. Data-data tersebut dapat diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dokumentasi pribadi, catatan, atau memo dan dokumentasi lainnya.

1.6.1 Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode-metode sebagai berikut:

A. Observasi

Observasi dilakukan secara partisipatif di lapangan Gasibu dan taman Saparua dengan tujuan untuk mendapatkan bagaimana gambaran bentuk fisik dan bentuk wajah terutama wajah suku Sunda untuk dijadikan referensi yang akan diterapkan pada desain karakter.

Observasi non-partisipatif juga dilakukan dengan cara mengamati karya-karya sejenis sebagai referensi penguat serta tambahan data yang lebih spesifik lagi mengenai detail-detail bentuk wajah dan bentuk tubuh melalui foto yang bersumber dari internet akan digunakan pada desain karakter.

B. Wawancara

Wawancara pertama akan dilakukan dengan dokter spesialis kesehatan dan olahraga (dr. Sp., Ko.) guna mendapatkan data seberapa penting aktivitas fisik serta dampaknya terhadap setiap individu serta bagaimana mereka melihat tren *FoMO* olahraga. Wawancara berikutnya dengan anggota klub lari untuk mendapatkan perspektif tentang bagaimana dampak positif fenomena *FoMO* olahraga terhadap perkembangan tren olahraga lari dan dampaknya ke komunitas. Wawancara ketiga akan dilakukan dengan seorang profesional karakter desainer dari industri untuk mengetahui bagaimana merancang desain karakter yang baik dan tepat sasaran. Wawancara terakhir akan dilakukan dengan target khalayak sasaran untuk

mendapat pandangan bagaimana fenomena FoMO berdampak pada mereka untuk akhirnya bisa memicu mereka untuk berolahraga.

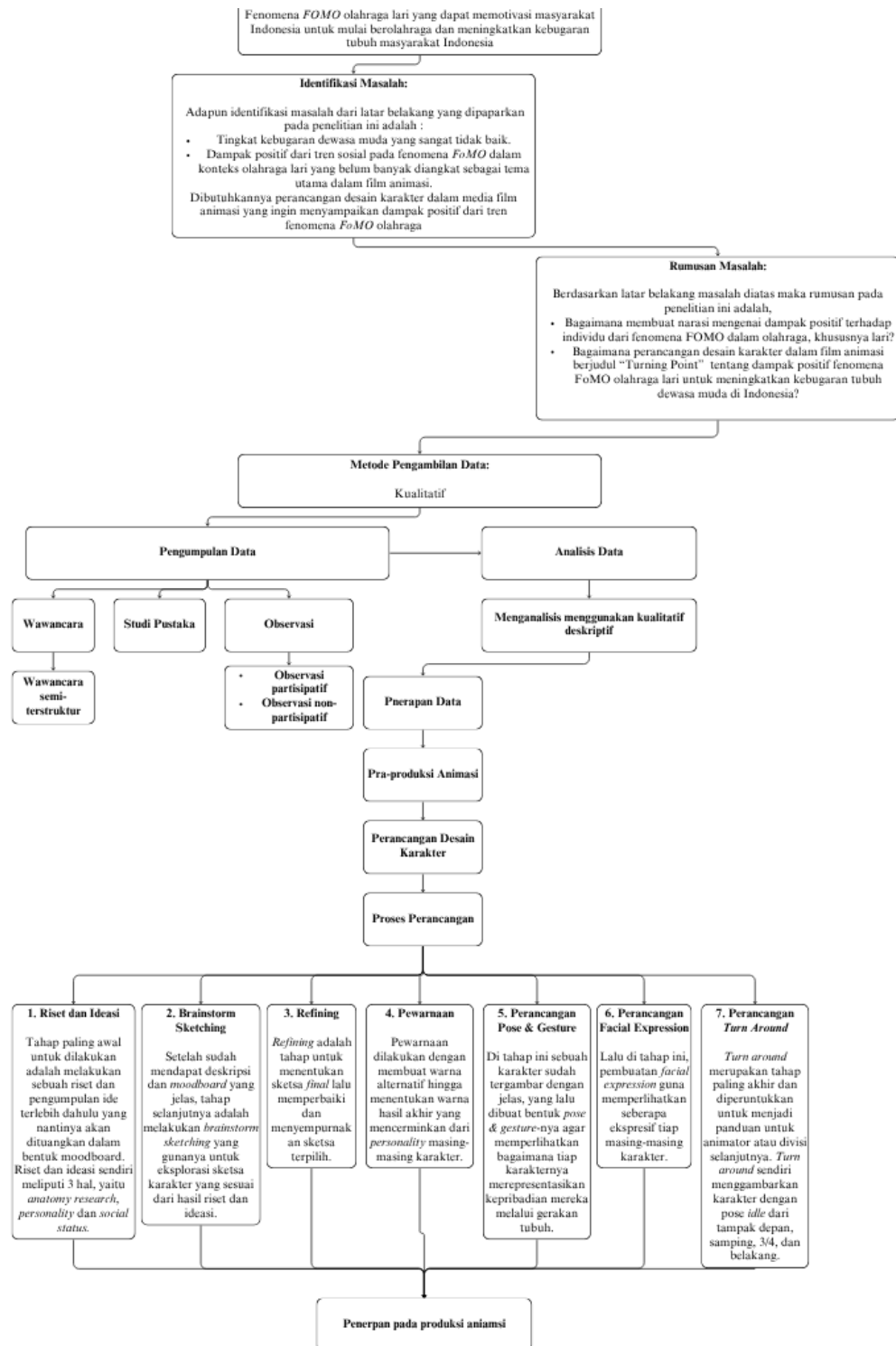
C. Studi Pustaka

Studi pustaka yang akan dilakukan meliputi pengumpulan data dari berbagai sumber atau dokumen pustaka yang berasal dari jurnal yang diperoleh dari website dan berbagai buku sebagai landasan teori yang menunjang objek penelitian. Salah satu buku acuan yang akan digunakan adalah Buku *The Character Desainer* dari *21 Draws*, untuk mendapatkan cara bagaimana merancang desain karakter yang dapat relevan dengan penonton dan teori warna yang cocok untuk desain karakter. Buku *Creative Illustration* karya *Andrew Loomis* dan *Anatomy for Character Design* dari *3DTotal Publishing* untuk mendapatkan pedoman bagaimana membuat anatomi bentuk tubuh untuk menunjang personality karakter yang akan dirancang

1.6.2 Metode Analisis Data

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif. Tahap pertama akan dilakukan pencarian data melalui studi pustaka untuk memahami dasar-dasar teori. Kemudian, akan dilakukan wawancara mendalam bersama dengan ahli dan target khalayak sasaran untuk memperdalam data dan mendapatkan pandangan mereka terhadap objek penelitian. Semua data yang terkumpul kemudian akan dibedah dan diteliti secara menyeluruh sehingga mendapat hasil berupa deskripsi *brief* yang bisa digunakan sebagai pedoman dalam membuat desain yang tepat sasaran.

1.7 Kerangka Penelitian



Gambar 1. 2 Kerangka Penelitian
(Sumber: dokumen pribadi)

1.8 Pembabakan

- BAB I Pendahuluan

Memuat informasi tentang latar belakang permasalahan yang memaparkan tentang fenomena *FoMO* olahraga yang terjadi di lingkup kalangan muda yang akan meningkatkan kebugaran dan produktivitas masyarakat Indonesia. Berdasarkan latar belakang tersebut dirumuskan identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup penelitian, tujuan perancangan, cara pengumpulan data dan analisis, dan kerangka perancangan. Bab ini ditutup dengan pembabakan yang menguraikan secara singkat mengenai tentang apa saja isi tiap bab.

- BAB II Landasan Teori

Berisikan teori-teori sebagai penunjang untuk memecahkan masalah yang sudah dipaparkan pada bab 1. Teori yang akan tercantum antara lain, teori Desain Komunikasi Visual, teori animasi, dan teori perancangan desain karakter.

- BAB III Data dan Analisis Data

Akan memuat data-data yang sudah dikumpulkan melalui studi pustaka, observasi dan wawancara. Lalu dilanjutkan dengan analisis data, ringkasan wawancara, analisis data observasi, serta pengumpulan data medium untuk desain karakter yang masing-masingnya akan ditarik sebuah kesimpulan

- BAB IV Hasil Perancangan

Berisi bagaimana proses perancangan desain karakter yang berbasis dari pengumpulan data dan analisis data dari bab sebelumnya.

- BAB V Penutup

Memuat kesimpulan dari seluruh bab penelitian dan saran