

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 LATAR BELAKANG

Kesehatan adalah kondisi optimal seseorang dari segi fisik, mental maupun sosialnya dan tidak hanya berupa bebas dari penyakit dan cacat. Definisi sehat meliputi beberapa hal salah satunya adalah kesehatan fisik. Kesehatan fisik adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari dengan normal baik dalam keadaan lelah, dimana seseorang yang tidak sehat atau kebugaran jasmaninya kurang, tidak dapat melakukannya dengan baik (Sumosardjuno, 1989 : 9).

Salah satu cara untuk menjaga kebugaran fisik dan terhindar dari penyakit-penyakit adalah dengan cara menjaga pola hidup sehat, memiliki berat yang ideal atau memiliki gizi yang baik. Penderita kelebihan berat badan juga dapat dilihat dari fisik luarnya secara umum, namun hal itu juga perlu diwaspadai jika kelebihan berat badan selain mengganggu penampilan fisik juga dapat menimbulkan beberapa penyakit-penyakit *karidovaskuler* maupun penyakit lainnya seperti Hipertensi, jantung koroner, diabetes, gangguan pada ginjal dan hati. (Azwar, 2004:3). Dari hasil survei kesehatan rumah tangga (*SKRT*) pada tahun 1972, 1986 dan 1992, diketahui bahwa yang memiliki peringkat nomor satu dari penyebab kematian di Indonesia merupakan penyakit-penyakit yang berhubungan dengan obesitas yaitu penyakit jantung dan pembuluh darah.

Obesitas dapat juga terjadi pada baik anak-anak hingga dewasa khususnya pada remaja. Remaja merupakan masa perpindahan atau transisi dari anak-anak menuju dewasa yang secara umum ditandai oleh gejala-gejala pubertas dan secara umum terjadi pada usia 13 hingga 20 tahun. Di seluruh dunia tak terkecuali Indonesia jumlah penderita kelebihan berat badan semakin bertumbuh terutama pada kaum remaja terhitung dari 1970 hingga sekarang penderita kelebihan berat badan ada usia 13 – 19 tahun meningkat dua kali lipat, tingginya prevalensi penderita kelebihan berat badan juga bisa berasal dari perubahan gaya hidup dan

berpengaruh terhadap pola makannya atau asupan energi serta bisa berasal dari pertumbuhan urbanisasi yang cukup pesat. (Rupang, 2014 : 344).

Remaja lebih rentan terkena obesitas karena pada usia remaja merupakan periode yang sangat membutuhkan lebih banyak gizi untuk meningkatkan pertumbuhan fisiknya secara optimal, perubahan kebiasaan mereka yang berubah dan memiliki kebutuhan akan gizi yang khusus contohnya untuk atlet. Faktor-faktor penyebab obesitas pada remaja meliputi banyak faktor seperti sering memakan makanan cepat saji, kurangnya berolahraga, faktor genetik, faktor jenis kelamin, pengaruh iklan, psikologinya, status sosial, usianya dan termasuk program diet yang salah yang berujung kepada penambahan berat badan. Sekurangnya ada sekitar Sebanyak 38.500.000 atau sekitar 15,4% dari total masyarakat Indonesia mengalami Obesitas atau kelebihan berat badan. (Kurdanti, 2015 :180).

Untuk dapat mengatasi permasalahan kelebihan berat badan dapat dilakukan diet. Diet merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk menurunkan berat badan dengan cara mengurangi asupan yang masuk kedalam tubuh, pada dasarnya manusia bergerak melakukan aktifitas dan membakar kalori setiap harinya dengan sendirinya. Jadi pada umumnya jika ingin menurunkan berat badan yaitu asupan gizi yang masuk berupa kalori tidak boleh lebih banyak dari pada jumlah kalori yang dibakar, jika kalori yang masuk lebih banyak dari yang dibakar akan menumpuk menjadi gula dan lemak, sedangkan jika mengalami defisit kalori maka tubuh akan menjadi kan gula dalam tubuh sebagai cadangan energi dan dapat membakar lemak. Tentunya dengan memiliki banyak lemak di tubuh membuat bentuk tubuh kita kurang bagus dan sempurna.

Banyak orang yang melakukan diet faktori oleh keinginan seseorang untuk diakui dan penampilannya terlihat sempurna dikalangan sosialnya, jika kebutuhan harga diri tidak dipenuhi makan orang tersebut akan merasa kurang percaya diri. (Adurrahman, 2014 :164).

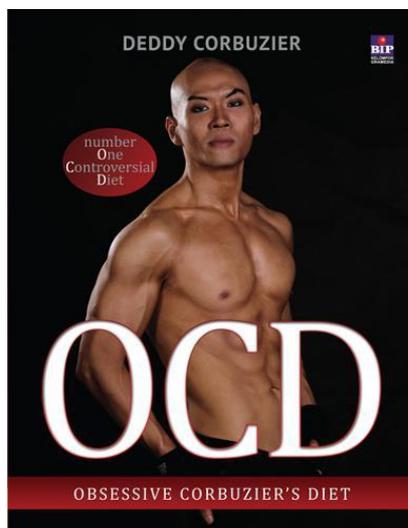
Diet pun dapat dibagi menjadi dua yaitu diet yang sehat dan tidak sehat sesuai dengan dampak yang diterima tubuh, contoh diet yang tidak sehat

merupakan diet yang instan menggunakan obat-obatan atau ramuan, diet ekstrem atau diet yang sangat sedikit sekali mengonsumsi kalori yang dapat mengakibatkan kerusakan organ dalam seperti ginjal. Sedangkan diet sehat merupakan diet yang alami dengan cara hanya mengatur pola makan dan olahraga secukupnya yang sebenarnya tidak memaksa atau menyiksa badan kita.

Ada banyak sekali metode diet yang sehat salah satunya *OCD (Obsesvie Corbuzier's Diet)*. Adalah diet yang dipopulerkan oleh Dedi Corbuzier pada tahun 2014 yang cukup *booming* pada tahun itu hingga sekarang. Metode yang diajarkan kepada kita pada diet *OCD (Obsesvie Corbuzier's Diet)* adalah metode yang sebenarnya cukup kita kenal disekitar kita yaitu puasa. Kita dianjurkan puasa pada *OCD* untuk membersihkan atau mendetoks sistem pencernaan akan zat zat kimia yang tercampur pada makanan yang kita makan, sebagian besar racun-racun tersebut tersimpan atau mengendap dalam lemak, dan lemak akan dibakar selama kita melakukan puasa, maka dengan sendirinya zat-zat kimia tersebut akan hilang bersamaan dengan lemak pada tubuh kita sedangkan organ tubuh kita yang lain seperti ginjal dan hati akan mengalami detoksifikasi, puasa juga dapat menyehatkan sistem pencernaan, mengurangi gula darah dan hipertensi. Sebenarnya metode ini juga terdapat pada ajaran budha yang bernama *keravada*. Di indonesia dengan mayoritas kaum muslim maka sangat dekat dengan puasa jadi diet *OCD (Obsesvie Corbuzier's Diet)* jadi orang-orang sedikit terbiasa dan tergolong mudah untuk melakukannya, ada banyak sekali respon positif yang terdapat pada E-Book *OCD* tentang keberhasilan penurunan berat badan setelah melakukan diet.

Pada tahun 2014 telah diluncurkan buku tentang *OCD* yang berisi tentang teori, jenis jenis atau tingkatan dan tata cara melakukannya serta olahraga tambahan yang dilakukan untuk mendukung diet tersebut. Buku *OCD* merupakan buku *best seller* yang artinya buku itu sering sekali dicari atau laris, namun buku yang telah ada merupakan buku yang isinya teks saja dan kurang adanya informasi secara visual tentang buku ini, yang membuat kadang pembaca merasa malas untuk membacanya.

Membaca merupakan sebuah kegiatan memahami atau menafsirkan sesuatu. Seharusnya membaca merupakan sebuah hal yang telah melekat di diri kita, namun budaya membaca di kalangan khususnya remaja masih tergolong rendah, dengan maksud bacaan yang dibaca mengandung unsur-unsur pengetahuan yang dapat menambah wawasan. Mayoritas anak remaja lebih suka membaca buku yang memiliki unsur unsur visual seperti buku komik, novel bergambar dan buku infografis.



Gambar 1.2 Gambar cover buku tentang *OCD* yang ditulis oleh Deddy Corbuzier

(Sumber [www.google.com](http://www.google.com))

Buku merupakan sebuah media penyalur informasi yang praktis yang bisa dibawa dimana-mana, yang bisa dibaca kapan saja, memiliki nilai eksklusif dan tidak mudah di *copy* dan tersebar secara bebas karena akan melanggar hak cipta dan terkena sangsi. Buku mempunyai banyak jenis salah satunya merupakan buku infografis dimana isi dari buku tersebut merupakan panduan-panduan yang di beri visual-visual tentang tata cara dan jenis jenis diet *OCD* agar pembaca lebih mudah memahami isi buku tersebut dan lebih menarik minat baca.

Menyampaikan informasi secara visual telah lama digunakan di peradaban manusia, itu dibuktikan dari pada sejak jaman purba sangat banyak ditemukan

gambar-gambar di dinding goa yang dimana gambar tersebut digunakan untuk menggambarkan sebuah kejadian. Peneliti mengatakan bahwa informasi berupa visual lebih memiliki banyak kelebihan ketimbang teks, karena manusia lebih mudah menangkap informasi yang disajikan secara visual. Otak akan langsung mencerna informasi yang ditangkap secara visual, berbeda dengan teks dimana akan diproses secara linear ( dari awal kalimat hingga akhir kalimat ). (Lankow,2013).

## **1.2 Identifikasi Masalah**

- Sebanyak 38.500.000 atau sekitar 15,4% dari total masyarakat Indonesia dan 60% nya anak muda atau remaja
- Sebanyak 70% dari 50 orang berhasil menurunkan berat badan dengan metode diet *OCD* menurut E-Book resmi buku *OCD*.
- Banyaknya orang yang meninggal karena diet yang tidak sehat dan menggunakan obat-obatan pengurus badan.
- Kurang adanya informasi secara visual tentang diet sehat ala Deddy Corbuzier
- Menurunnya minat baca masyarakat terhadap buku yang hanya berisikan tulisan.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Bagaimana merancang buku infografis tentang diet sehat ala Deddy Corbuzier yang menarik dan informatif bagi para pembaca ?

## **1.4 Batasan Masalah**

Dalam perancangan hanya membahas tentang data data dan fakta tentang diet sehat *OCD* yang tertera pada buku "*Obsessive Corbuzier's Diet*"

### **1.5 Tujuan Perancangan**

- Menginformasikan kepada para pembaca tentang fakta tentang diet sehat ala Deddy Corbuzier
- Meningkatkan wawasan anak muda tentang cara diet yang sehat
- Membangun pemikiran anak muda akan gaya hidup yang sehat dan terhindar dari obesitas.

### **1.6 Manfaat Perancangan**

- Untuk memudahkan mencari info dari metode diet sehat *OCD*
- Untuk melihat perbandingan hasil dari data dari metode diet *OCD* dengan diet diet lain
- Agar masyarakat mengerti tentang fakta sejarah
- Agar menambah wawasan seputar sejarah Surabaya

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA DAN STUDI EKSISTING**

#### **2.1 Tinjauan Tentang Diet**

##### **2.1.1 Definisi Diet Secara Umum**

Menurut KBBI diet adalah aturan secara khusus untuk kesehatan dan biasanya di anjurkan oleh dokter ataupun konsultan, secara umum diet dijadikan sebuah upaya untuk menurunkan berat badan untuk mencarapai berat badan ideal dengan cara mengatur pola makan dan asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh.

Menurut Putri (2014) Pengaturan jenis dan jumlah makanan dengan tujuan tertentu seperti menjaga kesehatan tubuh serta nutrisi dan menyembuhkan penyakit . Setiap diet merupakan makanan tapi tidak semua makanan termasuk dalam kategori diet. Diet dapat dikategorikan menjadi dua yaitu :

##### **1. Diet Sehat**

Diet sehat merupakan cara diet seseorang untuk mendapatkan berat badan yang ideal tanpa adanya efek samping yang berbahaya bagi tubuh. Diet sehat dapat dilakukan dengan cara mengurangi masukan kalori kedalam tubuh namun tetap menjaga pola makan yang dianjurkan oleh pedoman gizi seimbang, makan makanan yang rendah lemak dan memperbanyak kegiatan fisik seperti olahraga.

##### **2. Diet Tidak Sehat**

Diet tidak sehat berada dalam rangkaian pola makan yang salah. Rangkaian tersebut memiliki jangkauan dan tidak adanya perhatian akan berat badannya sama sekali yang tidak berimbas pada pola makan. Diet tidak sehat biasanya dilakukan dengan cara tidak makan dengan jangka waktu yang tidak normal, penggunaan obat-obatan penurun berat badan, penahan nafsu makan, muntah dengan sengaja dan sangat membatasi apa yang dimakan.

Orang-orang yang melakukan diet semata-mata hanya untuk memperbaiki penampilan akan cenderung memilih metode-metode diet yang tidak sehat untuk menurunkan berat badan mereka ( Kim & Lennon, 2006 ).

### 2.1.2 Definisi Diet Menurut Dedi Corbuzier

Diet yang menggunakan metode diet yang dilakukan dengan puasa karbohidrat yang artinya dalam proses puasa tersebut kita masih di perbolehkan untuk minum dan memakan makanan tidak berkalori. Program puasa diet *OCD (Offensive Corbuzier's Diet)* dilakukan dalam 4 fase.

- Fase 8 Jam Jendela Makan 16 Jam Puasa

Pada fase ini kita di perbolehkan memakan makanan apa saja selama 8 jam setelah itu sisanya adalah puasa, namun diperbolehkan untuk minum namun tidak boleh minum sebuah minuman yang berkalori seperti *softdrink* dan minuman lain yang mengandung kalori.

- Fase 6 Jam Jendela Makan 18 Jam Puasa

Kita bisa memasuki fase ini ketika sudah terbiasa dan merasa nyaman dengan fase pertama. Sama dengan fase pertama yaitu kita tetap di perbolehkan untuk minum.

- Fase 4 Jam Jendela Makan 20 Jam Puasa

Bisa dibilang ini adalah fase dimana komitmen dan keinginan diet kita diuji. Pada fase ini kita hanya di perbolehkan makan hanya 4 jam saja dan sisanya puasa, kita bebas melakukan fase ini hingga kita memiliki tubuh yang ideal dan ingin melanjutkan ke fase akhir.

- Fase Puasa 24 Jam

Di fase akhir ini kita tidak makan selama 24 jam dan tidak di anjurkan untuk melakukannya terlalu sering atau setiap hari, untuk hasil terbaik kita dapat melakukannya setidaknya 2 kali seminggu.

## 2.2 Tinjauan Tentang Buku

### 2.2.1 Definisi Buku

Buku merupakan kumpulan kertas yang dijilid menjadi satu yang berisi tentang tulisan atau gambar dan memiliki sisi-sisi yang disebut dengan halaman. Menurut kamus besar bahasa Indonesia buku merupakan lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong. Buku merupakan media paling sering digunakan untuk sarana pembelajaran.

Menurut Rustan (2009:98) buku berfungsi sebagai media penyalur informasi berupa sebuah cerita, pengetahuan, laporan, data-data, dan lain-lain.

Buku memiliki sebuah struktur dan organisasi buku, dengan kata lain struktur buku merupakan bagian-bagian dan susunan dari sebuah buku. Suwarno (2011: 77) menyebutkan mengenai bagian-bagian penyusun buku secara umum. Struktur atau bagian-bagian buku secara umum tersebut adalah sebagai berikut:

- Cover

Cover merupakan bagian paling luar dari buku yang berguna untuk sebuah judul dan yang sangat berperan penting untuk menarik minat pembeli. Putra (2007 :46) menyebutkan “*You sell a book by its cover*”.biasanya kebanyakan orang-orang banyak yang membeli buku karena tertarik akan covernya. Secara umum cover dibagi menjadi 3 bagian yaitu :

- Cover depan

Pada bagian cover depan biasanya berisi tentang judul, nama penulis, edisi dan penerbit. Pada bagian ini judul merupakan hal yang paling penting karena sangat menggambarkan isi buku

Judul merupakan sebuah nama yang diberikan untuk menunjukkan sebuah buku. Judul terdiri atas tiga jenis, yaitu judul umum, judul bab dan sub bab. Judul umum sangat tampak pada halaman cover. Judul bab umumnya tampak di pada bagian dalam buku.

- Punggung Buku

Punggung buku terdiri atas judul, nama penulis dan logo penerbit. Yang membuat bagian ini dibuat para penerbitnya sendiri.

- Cover belakang

Sampul belakang buku berisi synopsis, logo, nama penerbit dan barcode. Bagian ini cukup penting karena mengandung synopsis.

Synopsis berasal dari kata bahasa Yunani yaitu *sin* + *oftalmos*. *Sin* secara harafiah berarti sekilas, selayang pandang, bersama-sama dan *oftalmos* berarti sekilas membaca dengan sekilas buku teks, orang langsung tahu isi buku keseluruhan.

• Preliminaries

- Halaman judul
- Halaman judul membuat judul, nama penulis dan logo penerbit
- Halaman Copyright
- Halaman persembahan
- Kata pengantar

Kata pengantar biasanya disusun oleh penulis. Pada kata pengantar, penulis menyajikan tujuan pembuatan buku, pokok pikiran dan metode yang digunakan. Kata pengantar merupakan hal yang utama bagi pembaca untuk memahami ruang lingkup dan ciri karya penulis.

- Prakata (jika ada)

Kebanyakan buku memiliki prakata di dalamnya. Tujuan prakata adalah untuk mengenalkan dengan tidak secara langsung buku dan pengarang yang berhubungan dengan buku tersebut.

- Daftar Isi

Semua buku memiliki daftar isi. Tujuan daftar isi adalah menunjukkan sekilas apa yang ada di dalam buku. Didalam daftar isi. Pengarang menyajikan semua bab dan sub-bab.

- Daftar Tabel
- Daftar Gambar (jika ada gambar)
- Daftar Singkatan (Jika ada)
- Text Matter
 

Bagian ii (text metter) berisi :

  - Pendahuluan
  - Judul bab, sub-bab dan sub-bab-bab
 

Bab menurut Ieksikografik didefinisikan sebagai bagian utaman buku.
  - Tujuan pembelajaran
  - Penomoran bab, sub-bab dan sub-bab-bab
- Postliminaries
 

Bagian ini berisi daftar isi, daftar istilah dan index.

  - Daftar pustaka
  - Glosarium (daftar istilah)
  - Index

### 2.2.2 Definisi Buku Infografis

Buku Infografis merupakan kumpulan beberapa infografis yang disusun menjadi sebuah buku, infografis sendiri berasal dari bahasa inggris yaitu singkatan dari *information + graphic* adalah bentuk data yang disampaikan secara visual kepada pembaca agar lebih mudah dan lebih cepat dipahami.

Menyampaikan informasi secara visual telah lama digunakan di peradaban manusia, itu dibuktikan dari pada sejak jaman purba sangat banyak ditemukan gambar-gambar di dinding goa yang dimana gambar tersebut digunakan untuk menggambarkan sebuah kejadian. Peneliti mengatakan bahwa informasi berupa visual lebih memiliki banyak kelebihan ketimbang teks, karena manusia lebih mudah menangkap informasi yang disajikan secara visual. Otak akan langsung mencerna informasi yang ditangkap secara visual, berbeda dengan teks dimana akan diproses secara linear ( dari awal kalimat hingga akhir kalimat ).

Pada era yang *modern* seperti sekarang ini informasi-informasi sangat banyak, para audience memiliki keterbatasan waktu dan energi untuk memahami sebuah informasi yang disampaikan. Dengan banyaknya pengalihan seperti media sosial, game online dan berita online yang dimana kredibilitasnya sangat diragukan saat ini perhatian *customers* sangat penting. Kita harus mendapatkan perhatian mereka dan memahami apa yang kita sampaikan. Membuat infografis merupakan percampuran dari desain, analisis informasi dan *storytelling*. Berikut merupakan jenis-jenis infografis yaitu :

- Infografis Statis

Infografis statis merupakan infografis yang berisi gambar tak bergerak yang ada di sebuah media cetak atau website. Infografis jenis ini merupakan jenis infografis yang umum.

- Infografis Animasi

Infografis animasi merupakan infografis yang berbentuk video baik dua dimensi ataupun tiga dimensi. Infografis bentuk ini biasanya terletak pada tayangan televisi dan di media sosial seperti youtube dan instagram, infografis animasi ini akan lebih menarik jika di sajikan dengan tambahan gerakan dan musik yang dapat menunjang informasinya. Untuk mengerjakan sebuah infografis animasi ini harus memiliki kemampuan yang beragam seperti animator, videographer, illustrator, voice over dan music director.

- Infografis Interaktif

Infografis interaktif merupakan infografis yang dimana penggunaanya dapat berinteraksi langsung dengan informasi yang ditampilkan biasanya terdapat pada website. Dengan infografis interaktif pengguna dapat dengan bebas untuk mengeksplorasi sebuah informasi. Infografis ini juga disajikan dengan bentuk yang efektif dan disesuaikan dengan pengguna.

### 2.3 Definisi Remaja

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang memiliki arti tumbuh menjadi dewasa istilah *adolensece* memiliki arti yang lebih luas lagi yang mencakup emosi fisik dan sosial ( Hurlock,1992). Pada fase remaja merupakan fase yang kurang jelas dimana tidak termasuk golongan anak-anak namun juga bukan termasuk golongan dewasa.

Seperti yang dikemukakan oleh Calon (dalam Monks, dkk ,2006) bahwa masa remaja ditunjukkan dengan adanya sifat transisi atau peralihan antara anak-anak ke fase dewasa.

Para pemuda memiliki keinginan yang sangat kuat dalam dirinya dan memiliki kecenderungan untuk memenuhi semuanya tanpa membedakannya. Dari hasrat-hasrat yang ada pada tubuh mereka membuat mereka hilang kontrol diri. (Sarwono, 1989:27).

Menurut kedokteran dan ilmu-ilmu biologi remaja dikenal dengan sebuah perubahan fisik dan psikis dan fase dimana perpindahan dari anak-anak menjadi dewasa. menurut *WHO* memberikan gambaran tentang remaja yang memiliki sifat konseptual. Dalam definisi tersebut dapat dibagi lagi menjadi tiga jenis yaitu biologis , psikologis dan sosial ekonomi, remaja merupakan suatu masa dimana :

- Individu mencapai sebuah perubahan dengan menunjukkan tanda-tanda seksual sampai dan telah mencapai kematangan seksualnya.
- Individu mengalami perkembangan psikologi dari anak-anak menjadi orang yang dewasa.
- Terjadi perubahan pengaruh dari sosial-ekonomi kepada suatu keadaan yang lebih mandiri.

Menurut Adams dan Gullota dalam Sarwono (1989 :84) di Eropa konsep tentang anak mulai dikenal pada abad ke-13. Namun pada abad ke-19, anak anak masih dianggap sebagai apa yang bisa dibentuk oleh orang tuanya dengan bebas.

Menurut Aristoteles tahap-tahap perkembangan jiwa adalah sebagai berikut:

1. 0-7 tahun : fase kanak-kanak
2. 7-14 tahun : fase anak anak
3. 14-21 tahun : masa dewasa awal

Hingga sekarang sudah mencapai era modern pandangan Aristoteles masih dipergunakan , yaitu dengan tetap dipergunakannya batas usia 21 dalam buku perundang-undangan di berbagai negara, sebagai batas usia dewasa. (Sarwono, 1989 :26)

Ciri-Ciri sikap yang dapat membedakan dari aspek psikis lain seperti motif kebiasaan, dan lain-lain antara lain :

- Sifat yang tidak hanya satu, melainkan banyak bermacam-macam sesuai dengan objek yang menjadi sebuah perhatian orang yang bersangkutan.
- Sifat yang berubah-ubah sesuai dengan lingkungan individu yang bersangkutan pada saat yang berbeda-beda.
- Selalu ada subjek dan objek yang berhubungan dengan sikap individu. Tidak ada sikap tanpa objek, objek yang dimaksud dapat diartikan sebagai benda, seseorang, kelompok orang, nilai sosial, pandangan hidup, hukum dan lain-lain.
- Dalam sikap tersangkut pula sebuah perasaan dan motivasi.
- Sikap yang tidak dibawa dari lahir sehingga dapat berubah-ubah sesuai dengan pengalaman hidup.
- Sikap masih tetap ada meskipun kebutuhan sudah terpenuhi.

#### **2.4 Teori Desain Komunikasi Visual**

Menurut Safanayong (2006:2) Desain merupakan suatu ilmu yang mencakup visual, tidak hanya visual tetapi terkait juga dengan aspek-aspek seperti kultural, sosial, filosofis, teknis dan bisnis. Desain komunikasi visual merupakan komunikasi yang di lakukan melalui pengelihatian, yang berarti menyampaikan informasi kepada orang lain dengan menggunakan media-media yang dapat dilihat.

Menurut Tinarbuko (2009 :24) Desain Komunikasi Visual merupakan sebuah ilmu yang mempelajari sebuah konsep dan komunikasi dengan ungkapan daya kreatif yang diterapkan dalam berbagai media komunikasi visual dengan mengolah elemen-elemen desain yang terdiri dari ilustrasi, typografi, warna , komposisi, dan *layout*. Semua dilakukan agar dapat menyampaikan pesan secara visual dan audio visual kepada target sasaran yang dituju. Menurut Supriyono (2010:9). Desain komunikasi visual juga dapat diartikan sebagai gabungan antara kemampuan komunikasi untuk berbisnis dan seni.

Desain komunikasi visual meliputi hal-hal yang berkaitan dengan komunikasi dan teknologi. Berikut merupakan ruang lingkup desain komunikasi visual:

1. Periklanan
2. Promosi
3. Desain Tata Lingkungan
4. *Corporate Identity*
5. Multimedia
6. Desain Grafis
7. Animasi
8. Fotografi
9. Tipografi
10. Ilustrasi
11. Cerita bergambar

Unsur dalam setiap hasil karya desain grafis dan DKV terdiri dari bagian-bagian yang bisa dipelajari secara terpisah. Pada setiap hasil karya desain pasti ada minimal satu dari unsur berikut :

**a) Garis (*Line*)**

Sebuah garis adalah unsur desain yang menghubungkan antara satu titik poin dengan titik poin yang lain sehingga bisa berbentuk gambar garis lengkung (*curve*) atau lurus (*straight*). Garis adalah unsur dasar untuk

membangun bentuk atau konstruksi desain. Di dalam dunia komunikasi visual seringkali kita menggunakan *dotted line*, *solid line*, dan garis putus-putus.

**b) Bentuk (*Shape*)**

Bentuk adalah segala hal yang memiliki diameter tinggi dan lebar. Bentuk dasar yang dikenal orang adalah kotak (*rectangle*), lingkaran (*circle*), dan segitiga (*triangle*). Pada desain komunikasi visual kita akan mempelajari bentuk dasar dan bentuk turunan. Sementara pada kategori sifatnya, bentuk dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu:

- a. **Huruf (*character*):** yang direpresentasikan dalam bentuk visual yang dapat digunakan untuk membentuk tulisan sebagai wakil dari bahasa verbal dengan bentuk visual langsung, seperti A, B, C, dsb.
- b. **Simbol (*symbol*):** yang direpresentasikan dalam bentuk visual yang mewakili bentuk benda secara sederhana dan dapat dipahami secara umum sebagai simbol atau lambang untuk menggambarkan suatu bentuk benda nyata, misalnya gambar orang, bintang, matahari dalam bentuk sederhana (simbol), bukan dalam bentuk nyata (dengan detail).
- c. **Bentuk nyata (*form*):** bentuk ini betul-betul mencerminkan kondisi fisik dari suatu objek. Seperti gambar manusia secara detail, hewan atau benda lainnya.

**c) Ruang (*Space*)**

Ruang merupakan jarak anatar suatu bentuk dengan bentuk lainnya, pada praktek desain dapat dijadikan unsur untuk memberi efek estetika desain dan dinamika desain grafis. Sebagai contoh, tanpa ruang Anda tidak akan tahu mana kata dan mana kalimat atau paragraf. Tanpa ruang kita tidak tahu mana yang harus dilihat terlebih dahulu, kapan harus membaca dan kapan harus berhenti sebentar. Dalam bentuk fisiknya pengidentifikasian ruang digolongkan menjadi dua unsur, yaitu obyek (*figure*) dan latar belakang (*background*).

**d) Ukuran (*Size*)**

Ukuran adalah unsur lain dalam desain yang mendefinisikan besar kecilnya suatu obyek. Dengan menggunakan unsur ini Anda dapat menciptakan

kontras dan penekanan (*emphasis*) pada obyek desain anda sehingga orang akan tahu mana yang akan dilihat atau dibaca terlebih dahulu.

#### **2.4.1 Teori Warna**

Warna adalah suatu proses yang terjadi dimana cahaya mengenai suatu benda. Setiap orang pasti menyukai warna karena kehadiran warna mampu memberikan keindahan dan nilai estetika. Warna juga dianggap memiliki pengaruh terhadap psikologi seseorang. Tak bisa dipungkiri, kehadiran warna menciptakan kesan tersendiri bagi orang yang menyaksikannya. Warna juga mempunyai beberapa arti yang dapat mempengaruhi perasaan seseorang. Itulah kenapa orang cenderung mempertimbangkan dengan matang warna apa yang dipilihnya. (Maulidi,2016)

Warna tak hanya sebatas dekorasi semata, tapi juga mempunyai beberapa kegunaan yang dapat membantu manusia dalam kehidupan sehari-hari. Kegunaan warna ada bermacam-macam sehingga warna sering digunakan untuk berbagai keperluan, misal untuk merchandise sebagai media pendukung promosi untuk perusahaan. Berikut fungsi warna:

- **Fungsi Alamiah**

Warna melekat secara alamiah pada objek-objek tertentu yang biasa kita temui dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, ketika melihat lautan atau samudera raya maka yang terpikirkan adalah warna biru, daun yang masih segar identik dengan warna hijau, tomat yang berwarna merah, buah jeruk yang berwarna kuning, dan sebagainya.

- **Fungsi Isyarat**

Dalam keseharian, kita sering melihat adanya tanda atau isyarat yang dapat dengan mudah ditemukan. Misalnya, saat berada di persimpangan jalan, kita melihat lampu lalu lintas yang menunjukkan warna merah, kuning, dan hijau.

Masing-masing warna tersebut mempunyai makna tertentu yang disepakati oleh masyarakat secara universal.

- **Fungsi Pembeda**

Kegunaan warna lain yaitu bisa membedakan antara satu hal dengan hal lainnya. Misalnya, tim Formula 1 Ferrari identik dengan warna merah dan berbeda dengan tim Mercedes Benz yang menggunakan warna silver. Dalam sepakbola, tim Juventus menggunakan seragam bergaris hitam dan putih sementara tim AC Milan memakai seragam bergaris hitam dan merah.

- **Fungsi Identitas**

Dalam dunia branding, warna sangat berperan dalam mempengaruhi persepsi orang. Dalam hal ini, warna bisa berguna sebagai identitas yang membedakan antara merek satu dengan yang lain. Contoh logo McDonald yang terkenal dengan lengkungannya yang berwarna kuning emas, logo Facebook yang menggunakan warna biru, sementara Twitter memakai warna biru agak muda.

- **Fungsi Psikologis**

Warna juga bisa mempengaruhi kondisi psikologis seseorang tergantung warna apa yang dilihat oleh orang tersebut. Itulah kenapa, tembok sekolah tingkat taman kanak-kanak ataupun taman bermain umumnya dicat warna-warni. Hal itu, bisa menimbulkan keceriaan pada diri anak sehingga dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif.

- **Fungsi Keindahan atau Estetik**

Apapun warna yang disukai tak menjadi soal, warna apapun pilihannya dapat menciptakan keindahan yang dapat mempercantik banyak hal. Misal ruangan dinding rumah terlihat kusam dan tidak mencerminkan selera. Kenapa tidak mencatnya dengan warna kesukaan, tentu itu menjadi satu hal yang menarik untuk dilakukan.

- **Fungsi Struktural**

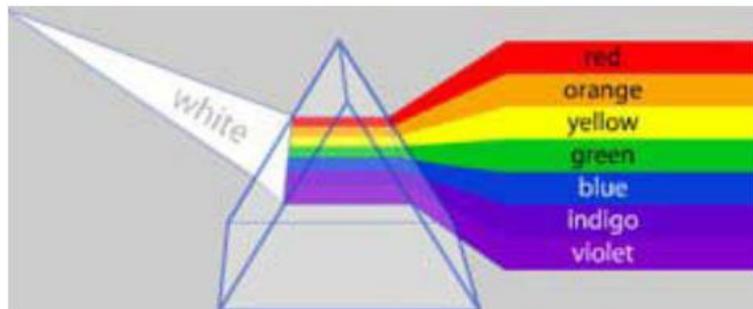
Dalam dunia desain, warna dapat berfungsi mengarahkan pembaca pada informasi yang sifatnya penting. Informasi itu diurutkan secara struktural berdasarkan tingkat kepentingan, yaitu mulai dari informasi yang paling

penting hingga informasi yang kurang penting. Selain itu, warna dapat memisahkan antara informasi satu dengan informasi lainnya agar tidak tumpang tindih.

Sedangkan menurut ahli terdapat 3 teori yang sampai saat ini dikenal yaitu teori Sir Isaac Newton, teori Brewster, teori Munsell. Berikut teorinya:

- **Teori Isaac Newton**

Isaac Newton telah melakukan percobaan dan telah menyimpulkan apabila dilakukan pemecahan warna spektrum dari sinar matahari, akan ditemukan warna-warna yang beraneka ragam yang terdiri dari merah, jingga, kuning, hijau, biru, dan ungu. Warna- warna tersebut dapat kita lihat pada pelangi.



*Gambar 2.1 Teori Warna Isaac Newton*

*Sumber : google.com*

- **Teori Brewster**

Pada tahun 1831, Brewster menyederhanakan warna- warna yang ada di alam menjadi 4 kelompok warna, yaitu warna primer, sekunder, tersier, dan warna netral. Kelompok warna ini sering disusun dalam lingkaran warna brewster. Kelompok warna Brewster:

1. **Warna primer**

Warna dasar yang tidak merupakan campuran dari warna lain yaitu warna merah, biru, kuning.

2. **Warna Sekunder**

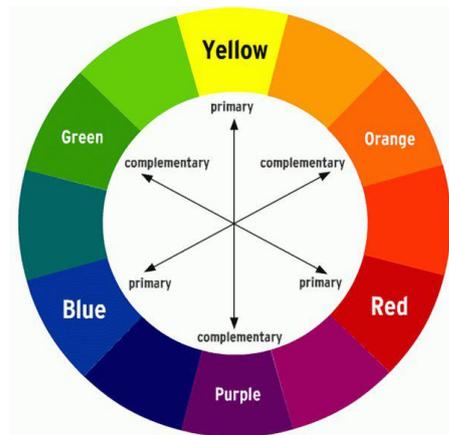
Warna hasil pencampuran warna Primer dengan proporsi 1:1 yaitu warna hijau hasil campuran biru dan kuning, ungu hasil campuran merah dan biru.

### 3. Warna Tersier

Warna campuran yang bersasal dari 1 warna primer dan 1 warna sekunder yaitu warna jingga kekuningan dari pencampuran warna kuning dan jingga.

### 4. Warna Netral

Warna hasil campuran ketiga warna dasar dalam proporsi 1.1.1 yaitu warna hasil campuran yang tepat akan menuju hitam.



Gambar 2.2 Teori Warna Isaac Newton

Sumber : google.com

- **Teori Munsell**

Pada tahun 1858, Munsell menyelidiki warna dengan standar warna untuk aspek fisik dan psikis. Berbeda dengan Newton dan Brewster, Munsell mengatakan warna pokok terdiri dari merah, kuning, hijau, biru dan jingga. Sementara warna sekunder terdiri dari warna jingga, hijau muda, hijau tua, biru tua dan nila. Warna memiliki peranan penting bagi manusia sebagai:

1. Elemen estetika
2. Representasi dari alam
3. Alat atau sarana media komunikasi

Psikologi Warna Psikologis warna menurut para Ahli fisiologi dan psikologi, seperti arti, sifat dan pengaruh yang ada dalam suatu warna bagi yang menggunakan. Serta lingkungan sekitar dan symbol yang menyukai warna terkait.

**a. Warna Merah**

Secara umum warna merah, melambangkan hasrat intensitas dan keinginan besar untuk selalu maju. sebagai kehangatan, cinta , power dan energi. Secara psikologis warna merah menstimulasi merangsang dan memberi energi pada tubuh, termasuk saraf & sirkulasi darah, meningkatkan tekanan darah dan detak jantung/

**b. Warna Biru**

Secara umum warna biru, melambangkan kepercayaan, keamanan, teknologi, kebersihan, kooperatif, cerdas, teguh, serta keteraturan. Secara psikologis warna biru merupakan warna yang dingin membawa ketenangan, tidak mudah tersinggung, ramai kawan, berpendirian, serta memberi pengaruh mampu mengatasi insomnia, kecemasan, tekanan darah tinggi dan migrain.

**c. Warna Kuning**

Secara umum warna kuning, melambangkan optimis, semangat dan ceria, harapan serta filosofi yang mendalam, pengecut, penghianat, dermawan, investigatif, dan terbuka. Secara psikologi warna kuning menstimulasi sisi logis (aktifitas pikiran dan mental) dari otak dan kejernihan mental, mendorong kebijaksanaan dan kemampuan akademik, mengilhami pemikiran original dan ide-ide kreatif.

**d. Warna Hijau**

Secara umum warna hijau, melambangkan kekuasaan, kesuburan, ketabahan, keinginan, kekerasan hati, dan membumi. Secara psikologi warna hijau menstimulasi meningkatkan rasa bangga dan santai, perasaan yang lebih superior dari orang lain, mampu membantu menyeimbangkan emosi dan memudahkan keterbukaan dalam komunikasi. Identik senang dipuji dan menasehati orang lain.

**e. Warna Coklat**

Secara umum warna coklat, melambangkan istilah warna bumi (tanah), kesederhanaan, keselamatan, keamanan, daya tahan tugas dan praktis. Secara psikologi warna coklat memberikan kesan hangat nyaman dan aman penikmat, menunjukkan sifat yang suka merebut, tidak suka

memberi hati, kurang toleransi, pesimis terhadap kesejahteraan. Terkait dengan alam, yang praktis dan *down-to-earth* dan keutuhan keluarga, kebahagiaan masa depan.

**f. Warna Putih**

Secara umum warna putih, melambangkan kesucian, kebersihan, ketepatan, ketidakbersalahan, keadilan, netralitas, steril, independensi, ketertiban, organisasi. Secara psikologi warna putih menenangkan karena menciptakan kesederhanaan, memberi kesan kebebasan dan keterbukaan, menambah kejernihan mental, membersihkan pikiran dan tindakan. membantu dalam penyembuhan dan menciptakan suasana tenang dan suasana kepedulian dalam merawat pasien.

**g. Warna Hitam**

Secara umum warna hitam, melambangkan kehidupan yang berhenti, memberi kesan kehampaan, kegelapan, kerusakan kesedihan, kepunahan dan keanggunan Secara psikologi warna hitam memberi kesan suram, gelap dan menakutkan namun juga elegan. Kekuatannya mengontrol dapat menanamkan kepercayaan, menciptakan suasana misteri dan kerahasiaan.

**h. Warna Pink**

Secara umum warna pink, melambangkan kewanitaan, romantis, menyenangkan, menggoda atau centil, kelembutan dan kecantikan. Secara psikologi warna pink mengandung warna yang kurang bersemangat, membuat energi melemah, namun sifatnya memberikan perasaan kepedulian, kebersamaan, dan kelembutan, membawa pada nuansa keindahan yang dapat menetralkan gangguan dan kekerasan.

## 2.4.2 Teori Ilustrasi

Ilustrasi berasal dari bahasa latin yaitu "*illustrare*" artinya penampakan, cahaya, penerangan, dan penggambaran secara hidup-hidup. Bentuk ilustrasi dalam desain komunikasi visual tidak selalu berupa gambar (*hand-drawing*) , melainkan dapat berupa garis, goresan abstrak, warna, tekstur huruf, fotografi dan

elemen-elemen visual apa saja yang dapat mendorong tujuan komunikasi dan estetika. (Supriyono, 2010)

Sebuah desain tanpa ilustrasi akan tampak membosankan dan kurang menarik. Tapi ilustrasi yang kurang berkualitas justru akan merusak citra. Ilustrasi yang berkualitas dan efektif umumnya memiliki beberapa kriteria sebagai berikut:

- Komunikatif, Informatif dan mudah dipahami.
- Menggugah perasaan dan hasrat
- Memiliki kualitas yang baik
- Memiliki daya ketertarikan dan pukau yang baik.

### 2.4.3 Teori Tipografi

Menurut (Supriyono,2010: 25-30) Berdasarkan sejarah perkembangannya, huruf dapat digolongkan menjadi 7 gaya, yaitu :

- Huruf klasik  
Huruf yang memiliki kait (*serif*) lengkung ini juga disebut *Old style Roman*, banyak digunakan untuk desain-desain media cetak di negara-negara eropa pada awal perkembangan teknologi cetak pada tahun 1617. Bentuknya cukup menarik dan sekarang masih digunakan untuk teks karena memiliki kemudahan untuk dibaca.
- Huruf Transisi  
Hampir sama dengan huruf *Old Style Roman*, hanya berbeda pada ujung kaitnya yang runcing dan sedikit ada perbedaan tebal tipis pada badan huruf. Font yang termasuk jenis transisi, antara lain *Baskerville* (oleh John Baskerville, inggris, 1750) dan *century*, sering digunakan untuk judul. Huruf ini mulai sering digunakan pada tahun 1757.
- Huruf Modern Roman  
Huruf ini jarang dipergunakan pada teks karena ketebalan badan huruf ini terlalu kontras. Sebutan modern untuk jenis font ini relevan karena sudah digunakan dari tiga abad yang lalu (1788). Huruf-huruf yang termasuk dalam *Modern Roman* yaitu seperti *Scotch Roman* dan *Bodoni*.

- Huruf Sans Serif  
Jenis huruf sans serif dipergunakan dari tahun 1800-an. Berciri-ciri tidak memiliki kaki. Contoh huruf sans serif yang cukup populer adalah *Arial*, *Helvetica*, *Univers* dan *Futura*.
- Huruf Berkaki Balok  
Atau yang sering disebut huruf Egyptian memiliki kait berbentuk balok yang ketebalannya sama dengan badan huruf sehingga terkesan elegan dan kaku.
- Huruf Tulis (*Script*)  
Jenis huruf ini berasal dari tulisan tangan, sangat susah untuk dibaca dan tidak cocok untuk dijadikan teks dengan ukuran yang panjang.
- Huruf Dekoratif  
Bukan termasuk huruf teks sehingga sangat tidak tepat jika digunakan untuk teks panjang, huruf ini sangat cocok untuk tulisan judul yang pendek.

Huruf atau *layout* yang sudah didesain dengan perhitungan yang sangat akurat dan dibentuk dengan sangat indah belum tentu menjamin efektifitasnya sebagai penyampai pesan. Ada faktor terakhir yang harus diperhatikan sebagai penentu segalanya, yaitu Faktor Optis. *Legability* dan *readability* adalah kajian dalam tipografi yang erat hubungannya dengan faktor optis.

### 1. *Legability*

*Legability* berhubungan dengan kemudahan dalam mengenal dan membedakan masing-masing huruf atau karakter. *Legability* menyangkut desain/ bentuk huruf yang digunakan. Suatu jenis huruf dikatakan *legible* apabila masing-masing huruf/ karakter-karakternya mudah dikenali dan dibedakan dengan jenis satu sama lainnya.

### 2. *Readability*

*Readability* berhubungan dengan tingkat keterbacaan suatu teks. Teks yang *readable* berarti keseluruhannya mudah terbaca. Apabila *legability* lebih membahas kejelasan karakter satu per-satu, maka *readability* tidak

menyangkut huruf/karakter satu-persatu melainkan keseluruhan teks yang telah disusun dalam suatu komposisi (Rustan, 2011: 74).

### 3. *Visibility*

*Visibility* adalah kemampuan suatu huruf, kata, atau kalimat dalam suatu karya desain komunikasi visual dapat terbaca dalam jarak baca tertentu. Fonts yang kita gunakan untuk *headline* dalam brosur tentunya berbeda dengan yang kita gunakan untuk papan iklan. Papan iklan harus menggunakan *fonts* yang cukup besar sehingga dapat terbaca dari jarak yang tertentu. Setiap karya desain mempunyai suatu target jarak baca, dan huruf-huruf yang digunakan dalam desain tipografi harus dapat terbaca dalam jarak tersebut sehingga suatu karya desain dapat berkomunikasi dengan baik.

### 4. *Clarity*

*Clarity* yaitu kemampuan huruf-huruf yang digunakan dalam suatu karya desain dapat dibaca dan dimengerti oleh target pengamat yang dituju. Untuk suatu karya desain dapat berkomunikasi dengan pengamatnya, maka informasi yang disampaikan harus dapat dimengerti oleh pengamat yang dituju. Beberapa unsur desain yang dapat mempengaruhi *clarity* adalah, *visual hierarchy*, warna, pemilihan *type*, dan lain-lain.

Dalam Perancangan ini tipografi yang digunakan untuk perancangan buku infografis tentang diet sehat ala dede corbuzier adalah tipografi yang menggunakan jenis tipografi sans serif sebagai isi dalam buku. Karena jenis font ini tidak terkesan terlalu kaku dan cocok untuk remaja.

#### 2.4.4 Teori Layout

Layout dalam bahasa diartikan sebagai tata letak sedangkan menurut istilah, layout merupakan usaha untuk menyusun, menata, atau memadukan elemenelemen atau unsur-unsur komunikasi grafis (teks, gambar, tabel dll) menjadikan komunikasi visual yang komunikatif, estetik dan menarik. Di sini diperlukan pertimbangan ketika sedang mendesain suatu informasi yang seefektif mungkin. Tujuan utama layout adalah menampilkan elemen gambar dan teks agar

menjadi komunikatif dalam sebuah cara yang dapat memudahkan pembaca menerima informasi yang disajikan.

Agar informasi dapat dikeluarkan maknanya dengan baik dan menarik, tiap-tiap elemen –elemen pada layout tersebut harus disusun sedemikian rupa sehingga tersusun dengan baik antara elemen satu dengan elemen lain. Menurut (Rustan,2009 :23) layout memiliki banyak elemen yang memiliki kegunaan masing-masing dalam membangun sebuah *layout*.

Adapun tujuan berbagai elemen pada layout, yaitu :

- Mudah di mengerti
- Mengandung informasi yang lengkap
- Memiliki sifat nyaman untuk dibaca

(Rustan 2009, 27).

Elemen pada layout dibagi menjadi tiga yaitu :

#### 1. Elemen teks

##### a. Judul

Menurut KBBI judul merupakan nama yang dipakai untuk buku atau bab dalam buku yang dapat menyiratkan secara pendek isi atau maksud buku atau bab itu

##### b. Deck

Deck adalah gambaran singkat tentang topik yang dibicarakan di *body teks*, terletak antara judul dan *body teks*.

##### c. Byline

Berisi nama penulis, kadang disertai dengan jabatan atau keterangan singkat lainnya. Letaknya berada di sebelum *body teks*, ada juga yang meletakkannya di akhir naskah

##### d. Body Teks

Merupakan elemen layout yang paling banyak memberikan informasi terhadap topik bacaan tersebut.

e. Sub Judul

Fungsi dari sub judul adalah sebagai judul dari sebuah segmen-segmen yang berada disebuah artikel yang cukup panjang yang topiknya di bagi menjadi beberapa segmen.

f. Pull Quotes

Adalah cuplikan perkataan atau tulisan seseorang.

g. Caption

Keterangan singkat yang menyertai elemen visual

h. Callouts

*Callouts* menyertai elemen visual yang memiliki lebih dari satu keterangan, contohnya pada diagram

i. Kickers

Adalah satu atau beberapa kata pendek yang terletak pada atas judul, biasanya untuk memudahkan pembaca menemukan sebuah topik yang diinginkan.

j. Initial Caps

Huruf awal yang berukuran besar dari kata pertama pada paragraf

k. Indent

Baris pertama paragraf yang menjorok kedalam.

l. Lead Line

Beberapa kata pertama atau baris kata awal paragraf, yang dibedakan dari ukuran hurufnya.

m. Spaci Antar Paragraf

Untuk membedakan paragraf yang satu dengan yang lainnya maka paragraf di beri spasi.

n. Gabungan Beberapa Cara

Untuk membedakan paragraf satu dengan yang lain.

o. Header & Footer

*Header* adalah area sisi atas kertas dan margin atas. *Footer* adalah merupakan sisi bawah kertas dan margin bawah.

p. Running Head

Judul buku, topik yang sedang dibaca, nama pengarang dan informasi berulang-ulang ada di tiap halaman, posisi tidak berubah.

q. Catatan Kaki

Berisi detail informasi didalam naskah, berupa refrensi, rekomendasi bacaan lanjutan.

r. Nomor Halaman

Digunakan untuk memudahkan pembaca mengingat lokasi artikel jika lebih dari 8 halaman.

s. Jumps

Teks singkat untuk menginformasikan kepada pembaca tentang sambungan halaman.

t. Signature

Berisi alamat, telpon dan informasi tambahan yang bisa dihubungi.

u. Nameplate

Dibuat dalam ukuran besar diletakkan pada bagian halaman depan pada surat kabar, tabloit atau cover depan majalah.

v. Masthead

*Masthead* ditempatkan pada halaman kedua, ketiga atau lebih dan letaknya biasanya dekat dengan kata pengantar.

## 2. Elemen Visual

a. Foto

Kekuatan terbesar dari fotografi pada media periklanan khususnya kemampuan untuk memberi kesan nyata yang dapat dipercaya.

b. Artwork

Untuk menyajikan informasi yang lebih akurat, Ilustrasi kadang dapat menjadi pilihan yang baik selain menggunakan fotografi

c. Informational Graphics

Fakta-fakta dan data-data statistik hasil survei dan penelitian yang disajikan dalam bentuk grafik, tabel, diagram, bagan dan peta

d. Garis

Merupakan elemen desain yang dapat menciptakan kesan estetis pada sebuah desain.

e. Kotak

Berisi sebuah artikel yang memiliki sifat sebagai tambahan dari artikel utama. Biasanya terletak disamping

f. Inzet

Merupakan elemen visual yang lebih kecil yang diletakkan pada visual yang lebih besar.

g. Point

Suatu daftar yang memiliki beberapa baris yang berurutan kebawah, biasanya didepan tiap barisnya di beri *point* atau tanda.

### 3. Invisible elemen

a. Margin

Margin menentukan jarak antara pinggir-pinggir kertas dengan ruang yang akan ditempati elemen-elemen layout. Margin mencegah agar sebuah elemen layout berada terlalu samping, terlalu atas dan terlalu bawah halaman.

b. Grid

Grid adalah alat bantu yang sangat bermanfaat dalam layout. Grid memudahkan untuk menentukan dimana harus meletakkan elemen layout dan agar konsisten dalam peletakkannya.

## 2.5 Studi Eksisting

### 2.5.1 Studi Komparator

### 2.5.2 Buku Infografis “Indonesia dalam Infografis” Karya Tim Infografis Kompas

Buku ini merupakan kumpulan dari karya 17 perancang infografik, 8 artikel mengenal jurnalisme infografis dan 45 infografis pilihan tentang indonesia. Buku Indonesia dalam infografik diterbitkan dalam rangka hari ulang tahun ke 49 harian kompas yang jatuh pada 28 juni 2014.

Dinamika jurnalisme akan selalu mengikuti perkembangan zaman, termasuk perkembangan teknologi digital. Yang sebelumnya pergerakan jurnalisme berpusat pada teks dan foto terus mengalami perubahan, seperti yang terlihat pada jurnalisme infografis yang sangat menekankan aspek visual.

Buku ini akan menjadi acuan dalam penataan *layout* dan sebagai acuan visual dari perancangan buku infografis ini.



*Gambar 2.3 Buku karya Tim Infografis Kompas berjudul “Indonesia dalam infografis”*

*Sumber : Kompas.id*

Deskripsi buku:

Judul buku : Indonesia Dalam Infografis

Penerbit : Penerbit Buku Kompas

Penulis : Tim Infografik Kompas

Tahun Terbit : 2014

Berat : 0.6 kg

Dimensi : 23 x 21 cm

ISBN : 978-979-709-841-4

Jumlah halaman : 120 lembar

**Strenght :**

1. Judul dari buku ini menarik “Indonesia dalam infografis” yang membuat pembaca penasaran akan isinya.
2. Pada Setiap pembahasan pada buku ini memiliki visual yang cukup bagus sehingga betah untuk membaca
3. Dalam buku terdapat banyak sekali informasi yang menarik seperti informasi tentang arsitektural di indonesia.
4. Harga buku lumayan murah jika dilihat dari segi isi dan kualitasnya.

**Weakness :**



Gambar 2.4 Buku karya Tim Infografis Kompas berjudul “Indonesia dalam infografis”

Sumber : Kompas.id

1. Masih terdapat halaman dengan teks yang banyak atau kurang ringkas sehingga beberapa orang ada yang kurang berminat untuk membacanya
2. Warna yang dipilih terlalu monoton sehingga pembaca tidak memiliki respon lebih saat melihat warna pada visualnya.

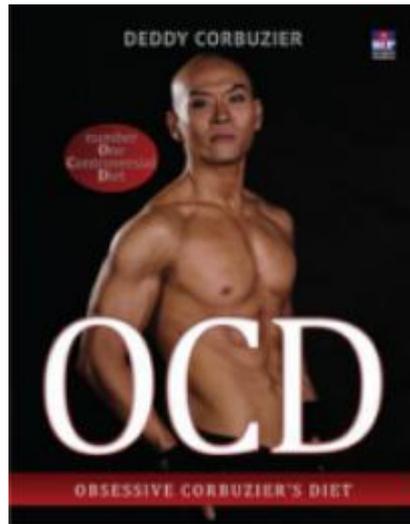
**Opportunity :**

1. Minimnya peredaran buku infografis yang menjelaskan tentang hal-hal yang hanya berada di Indonesia seperti peninggalannya dan bangunan-bangunannya

**Thread :**

1. Minat baca remaja terhadap buku sangat kurang, sehingga berkemungkinan berdampak pada pembelian buku.
2. Banyaknya buku visual yang menarik dengan penerbit yang lebih besar dan terkenal.

**2.5.2 Buku “Obsessive Corbusier Diet”**



Gambar 2.5 Gambar cover buku tentang *OCD* yang ditulis oleh Deddy Corbuzier  
Sumber ([www.google.com](http://www.google.com))

Buku ini berisi tentang semua teori mengenai Obsessive Corbuzier's Diet mulai tentang teori diet, cara-cara diet, cara-cara olahraga yang cocok dilakukan dengan puasa, makanan apa yang dapat mengoptimalkan pelaksanaan , buku ini akan dijadikan sebagai teori dari isi buku perancangan buku infografis ini

#### Deskripsi buku

Judul buku : OCD “Obsessive Corbuzier’s Diet”

Penerbit : Buana Ilmu Populer

Penulis : Tim Infografik Kompas

Tahun Terbit : 2014

Berat : 500 gram

ISBN : 9786022494263

#### Weakness :

1. Hanya berisi tulisan-tulisan saja
2. Kurang adanya informasi secara visual tentang isi dari diet

#### Opportunity

1. Banyaknya masyarakat terutama anak muda yang ingin memiliki tubuh yang bagus, sehingga dapat menarik orang-orang yang ingin mengurangi berat badan dan yang memiliki berat badan ideal.
2. Ditulis oleh orang terkenal jadi lebih meluas informasinya
3. Dapat menjadi buku best seller

### **Thread**

1. Sudah banyak pesaing buku yang berkonten tentang diet.
2. Banyaknya buku diet yang lebih memiliki visual yang menarik.

## **BAB III**

### **METODE PERANCANGAN**

#### **3.1 Definisi Oprasional Judul**

##### **3.1.1 Definisi Buku Infografis**

Buku infografis yang dimaksud dalam perancangan ini adalah buku yang menggunakan grafis untuk menyampaikan informasi dan data-data dengan jelas dan tepat. Adapun bermacam-macam buku seperti buku teks, buku visual, novel, buku panduan dan komik. Dengan menggunakan elemen-elemen infografis dalam konsep perancangan ini diperkirakan akan mempermudah dan menarik target audiens untuk membaca dan tidak bosan dengan hanya tulisan-tulisan saja.

##### **3.1.2 Definisi Diet Sehat**

Definisi Diet sehat adalah diet dengan menggunakan metode-metode yang tidak berimbas buruk kepada tubuh. Sedangkan definisi diet sehat yang berada di perancangan ini adalah diet sehat yang mengadopsi diet sehat temuan Dedi Corbuzier yang bernama *OCD (Offensive Corbuzier's Diet)*, dimana diet tersebut merupakan diet sehat yang sejatinya mudah untuk dilakukan karena cukup dekat dengan kita yaitu dengan cara puasa.

#### **3.2 Metode Perancangan**

##### **1. Penentuan Problematika**

Setelah melihat fenomena yang ada di masyarakat, tahapan selanjutnya adalah melakukan penentuan problematika dengan melakukan observasi, wawancara secara langsung dan mencari informasi pada sumber sumber media cetak ataupun media elektronik.

## 2. Riset dan Analisa Riset

Pada tahapan di bab perancangan ini metode riset yang telah ditentukan digunakan untuk mencari data yang di butuhkan dalam perancangan ini. Setelah hasil riset ditemukan dan dianalisa untuk mencari sebuah kesimpulan dari data-data yang telah diperoleh.

## 3. Konsep Desain

Untuk menentukan konsep desain dilakukan analisis dan observasi untuk mengidentifikasi sebuah masalah, menarik sebuah kesimpulan dari data-data yang diperoleh dari hasil riset dan dari karakteristik target segmen untuk menentukan *keyword* sehingga dapat menentukan konsep visual yang pas dengan target segmen.

## 4. Penentuan Kriteria

Setelah ditemukannya *keyword* dan konsep visual dalam perancangan buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier ini dapat ditemukan dengan cara mengait-ngaitkan dasar-dasar teori yang sudah dilakukan.

## 5. Alternatif Desain

Untuk alternatif desain dapat dilakukan setelah menemukan konsep visual yang pas untuk digunakan dalam perancangan. Sehingga dapat membuat beberapa alternatif desain dan kemudian dipilih yang sekiranya sesuai dengan target segmen perancangan ini.

## 6. Implementasi Desain

Implementasi desain merupakan sebuah desain final pada perancangan ini. Tahapan impementasi desain dapat dilakukan setelah desain final telah memenuhi syarat dari segi visual dan teori.

### **3.3 Teknik Pengumpulan Data**

#### **3.3.1 Data Primer**

Menurut Sarwono ( 2007:82) Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari sumber asli. Dalam perancangan ini data primer yang digunakan adalah sebagai berikut :

- Metode Wawancara

Mengumpulkan data wawancara langsung kepada dokter umum dan ahli gizi RS Tembok Surabaya bernama Heri Siswanto di kediamannya yaitu Jl Ketintang Madya pada tanggal 1 Desember 2017 untuk menambah wawasan mengenai diet sehat menurut pandangan dokter dan mencari tau tentang OCD menurut pandangan dokter.

- Metode Observasi

Dalam perancangan ini Observasi dilakukan terhadap pada remaja dilakukan ketika objek melakukan aktivitas sehari-hari seperti di mall, restoran cepat saji dan tempat-tempat nongkrong anak remaja.

- Metode Kuesioner

Kuesioner diberikan kepada para target mengenai visual yang akan dijadikan acuan pada buku, yang dilaksanakan ketika akan mulai untuk membuat perancangan buku infografis ini.

#### **3.3.2 Data Sekunder**

Menurut Sarwono (2007 : 82). Data sekunder merupakan data yang telah ada sehingga kita hanya mengumpulkan dan mencarinya. Yang meliputi dari internet, literatur, artikel-artikel ilmiah dan buku-buku yang telah ada.

Berikut adalah buku-buku yang nantinya digunakan dalam pengumpulan data-data dalam perancangan buku infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier yang bersumber dari buku karya Dedi Corbuzier yang berjudul “*OCD (Offensive Corbuzier’s Diet)*”.

- Buku berjudul “*OCD (Offensive Corbuzier’s Diet)*” sebagai rujukan pertama dalam perancangan ini. 90% isinya digunakan dalam rancangan ini.
- Buku Berjudul “Infografis” karya penulis Â Jason Lankow, dkk.
- Buku berjudul “Rahasia Diet” karya Denny Santoso .
- Jurnal-jurnal kesehatan dari universitas di Indonesia.

## BAB IV ANALISA DATA

### 4.1 Analisa Data

#### 4.1.1 Analisa 5W + 1H

Perancangan buku infografis diet sehat ala Dedi Cobuzier agar tepat sasaran kepada target audiens. Analisa yang digunakan pada perancangan ini adalah 5W+1H (*what, why, when, where, who dan how*).

- What (Apa)

Apa yang akan dibahas dalam buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier ?

Didalam buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier ini membahas tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier itu diet seperti apa, tata caranya, hal-hal yang dapat mendukung diet, manfaat serta jenis dan tips-tipsnya.

- Why (Mengapa)

Mengapa mengangkat topik diet sehat ala Dedi Corbuzier ?

Pada era ini banyak sekali anak muda yang memiliki pola hidup yang tidak sehat dimana mereka sering begadang, makan makanan dengan waktu yang tidak tepat dan makan makanan yang tidak sehat. Dengan adanya masalah tersebut muncul lagi masalah yaitu dengan pola hidup yang tidak sehat menimbulkan gangguan fisik berupa obesitas, sedangkan anak anak muda memiliki sifat yang dimana ingin diperhatikan oleh lawan jenisnya dan ingin terlihat sempurna dimata semua orang. Karena itu diet ala Dedi Corbuzier ini diambil , karena metodenya yang gampang yaitu dengan cara puasa, dimana puasa merupakan hal yang sangat dekat dengan kita, apalagi di indonesia merupakan negara dengan penduduk yang mayoritas islam. Jadi mereka mudah untuk melakukan dietnya, serta banyak manfaat yang didapat ketika orang berpuasa yang anak muda belum tau, buku tentang diet *OCD* merupakan *best*

*seller* di tahun 2014 jadi sebenarnya banyak orang yang minat akan metode diet ini.

- When (Kapan)

Kapan buku infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier akan diterbitkan?

Buku infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier akan diterbitkan kepada umum khususnya target audiens anak remaja, pada pertengahan tahun 2018 mendatang. Berdekatan dengan puasa maka dapat langsung di praktekan sembari beribadah dan mencapai berat badannya yang ideal.

- Where (Dimana)

Dimana buku infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier akan diterbitkan?

Buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier akan diterbitkan dan beredar di toko-toko buku wilayah kota-kota besar seperti Surabaya, Jakarta, Bandung, Bali dan jogja.

- Who (Siapa)

Siapa yang akan menjadi target audiens buku infografis diet sehat ala dedi Corbuzier ini ?

### 1. Demografis

- Jenis Kelamin : Laki-Laki dan Perempuan
- Usia : 16-20 tahun (Remaja)
- Pendidikan : Pelajar SMA dan Mahasiswa
- Kelas Sosial : Menengah dan menengah keatas

#### Analisa Jenis kelamin

Perancangan buku ini mengangkat judul tentang diet sehat ala dedi Corbuzier. Karena membahas tentang pola hidup dan kesehatan maka buku ini targetnya adalah segala jenis kelamin.

## Analisa Usia 16-20 tahun

Usia 16-20 tahun merupakan usia remaja. Remaja merupakan masa pembentukan diri dari fisik maupun psikologis. Dimana pada usia remaja mereka memiliki kecenderungan untuk tampil sempurna, dan banyak dari mereka tidak menerapkan hidup yang sehat dari segi apa yang mereka konsumsi hingga perilaku kebiasaan mereka.

## Analisa Kelas Sosial menengah dan menengah keatas.

Kelas menengah dan menengah keatas dimana mereka berkemampuan untuk membeli buku ini dan anak muda dengan kelas sosial tersebut lebih berkemungkinan untuk mengalami obesitas dan pola hidup yang tidak sehat.

## 2. Geografis

Geografis target audiens tinggal di kota-kota besar seperti Jakarta, Surabaya, Bandung, Jogja dan Denpasar.

## 3. Psikografis

- Para remaja yang ingin membenahi berat badan mereka
- Para remaja yang ingin membenahi pola hidup mereka
- Para remaja yang ingin melakukan diet dengan metode yang cukup ringan.

## 4. Behavior

- Remaja yang sering mengunjungi Toko-toko buku
- Remaja yang suka makan-makanan berkalori tinggi
- Remaja yang kerap nongkrong dan makan cemilan
- Remaja yang memiliki minat baca.

#### 4.1.2 Analisa Hasil Wawancara

Melakukan wawancara kepada narasumber Dr. Heri Siswanto selaku dokter yang beroprasi di rumah sakit Tembok Surabaya, mengulas tentang pengertian diet menurut medis dan umum , narasumber berpendapat bahwa diet merupakan sebuah upaya yang di lakukan untuk mengurangi berat badan sehingga dapat tercapainya berat badan yang ideal, ada banyak hal yang mendorong suksesnya diet pada diri manusia yaitu, dengan mengurangi atau menjaga pola makan, terutama pada makanan-makanan tertentu seperti lemak dan karbohidrat, melakukan olahraga setiap hari, olahraga dapat dilakukan denganc cara yang mudah saja seperti berjalan 40 menit sehari agar jantung menjadi sehat dan dapat membarak timbunan lemak dengan baik, tidur teratur juga dapat mengoptimalkan diet karena pada saat larut malam organ-organ akan melakukan detoks atau pembuangan zat-zat berbahaya dalam tubuh termasuk yang didalamnya berupa lemak jahat.



Gambar 4.1 foto wawancara bersama Dr. Heri Siswanto di kediamannya

Sumber : pribadi

Menurut Bapak Dr.Heri Siswanto pada jaman sekarang sangat banyak pola diet yang cukup salah, dan malah menimbulkan masalah lain setelah atau pada waktu melakukan diet tersebut dan trend-trend pada jaman ini banyak yang mendorong perilaku masyarakat untuk tidak melakukan pola hidup sehat yang mengakibatkan kenaikan jumlah penderita obesitas dan diabet menjadi meningkat

setiap tahunnya, banyak sekali penyakit yang dapat diterima ketika kita mengalami obesitas khususnya permasalahan pada pernafasan dan jantung.

Kesimpulan diet sehat menurut Dr Heri siswanto diet sehat merupakan diet yang bukan berupa program, karena menurut beliau jika program sudah selesai maka orang tersebut berpotensi kembali ke pola hidup yang sebelumnya karena merasa bahwa program telah selesai, jadikan diet dan pola hidup sehat sebagai kegiatan sehari-hari dengan hal tersebut makan diet dapat dilakukan secara rutin terus menerus dan orang tersebut akan terbiasa. Serta diet yang sehat merupakan diet yang tidak menyebabkan gangguan kesehatan lainnya.

#### 4.1.3. Analisa Obserbvasi

Observasi dilakukan dengan target anak remaja yang mewakili beberapa kriteria perancangan ini. Dan observasi ini memperoleh kesimpulan hasil sebagai berikut :

- Remaja sangat suka mencoba hal baru dibuktikan dengan maraknya para remaja yang selalu mengikuti *trend-trend* terbaru saat ini.
- Remaja jaman sekarang mudah untuk terpengaruh yang dibuktikan dengan banyaknya remaja yang sekarang banyak mengikuti perilaku dan gaya temen-temannya atau publik figur
- Remaja sangat senang mengikuti trend sekarang dibuktikan dari pakaian-pakaian yang mereka kenakan merupakan baju dengan *brand* jaman sekarang dan nongkrong ditempat yang *hits*
- Remaja lebih memiliki waktu yang digunakan untuk bersenang-senang dibuktikan dengan kebiasaan remaja jaman sekarang yang banyak nongkrong hingga larut malam atau dini hari dan banyak dari para remaja yang suka mengunjungi diskotik-diskotik
- Remaja kebanyakan lebih suka memakan makanan yang enak tapi tidak sehat yang dibuktikan dengan banyaknya remaja yang makan dan nongkrong di restoran makanan cepat saji
- Remaja kurang mengerti akan kesehatan tubuh yang disebabkan dengan makan-makanan yang kurang baik gizinya serta tidak menerapkan budaya hidup sehat seperti menghindari minuman keras, tidak merokok dan jarang olahraga.
- Remaja kurang peduli terhadap kesehatan dibuktikan tentang mereka sebenarnya tau bahwa yang mereka lakukan itu tidak sehat dan berbahaya bagi tubuh tapi tetap tidak memedulikannya.

## 4.2 Sintesa

### A. Perancangan Media

- Tujuan Media

Buku Infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier ini memiliki tujuan untuk memberikan informasi dan pengetahuan untuk para remaja yang memiliki gangguan dengan berat badan dan ingin berdiet. Sehingga buku ini nantinya dapat membuat remaja jaman sekarang mengerti tentang metode diet *OCD* dan dapat diterapkan sehari-hari.

- Strategi Media

Karena buku infografis ini ditujukan pada anak remaja usia 16 hingga 20 tahun, yang menginjak sekolah menengah atas dan mahasiswa, jadi diperlukan gaya buku dengan gaya infografis yang sesuai dengan apa yang lagi *trend* dan diminati para remaja sekarang. Seperti dengan visual yang banyak dan menarik, dengan perpaduan warna pastel yang disukai remaja jaman sekarang. Sehingga para target audiens lebih tertarik untuk membeli dan membacanya.

- Program Media

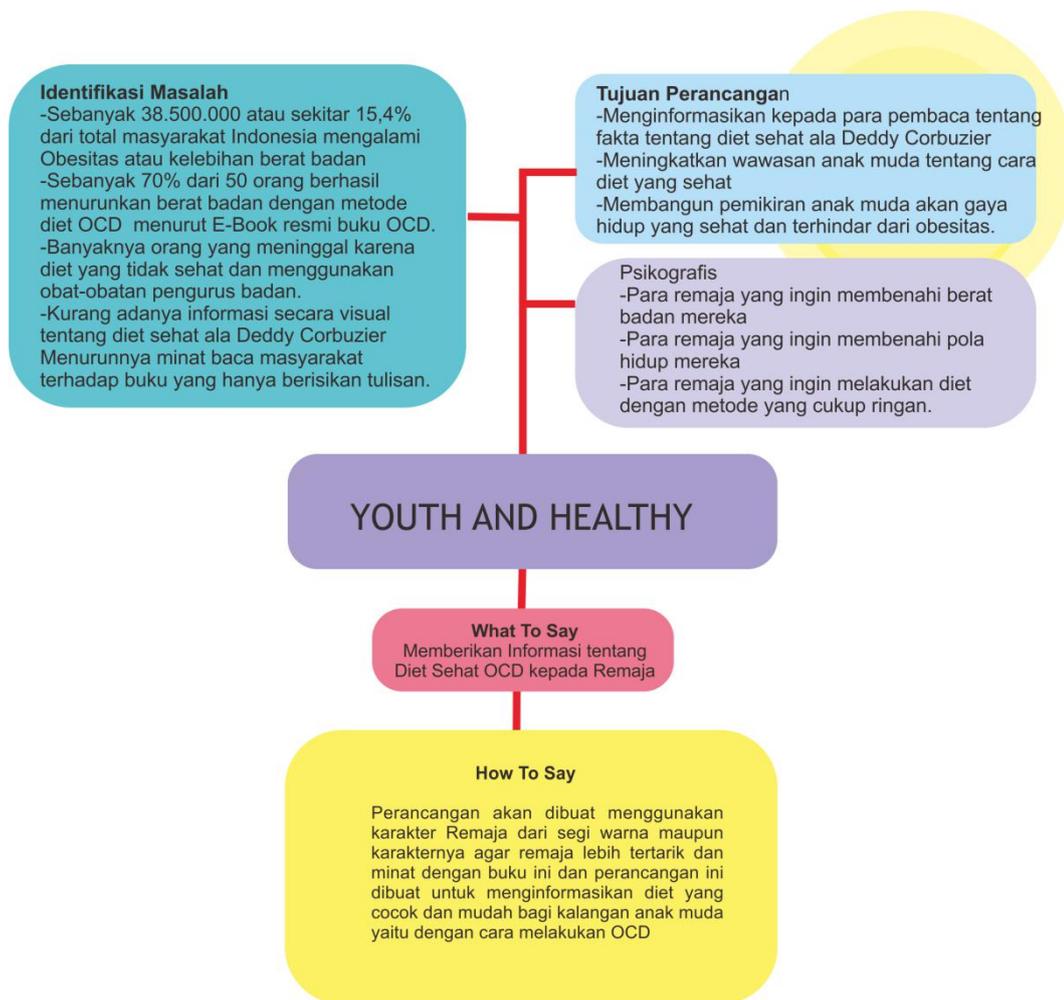
Buku Visual ini nantinya akan diedarkan di toko-toko buku yang berada di kota kota besar yang berada di Indonesia, seperti Surabaya, Jakarta, Bandung, Jogja dan Denpasar. Dan akan diterbitkan pada pertengahan tahun 2018.

# BAB V

## KONSEP DESAIN

### 5.1 Keyword

#### 5.1.1



Gambar 5.1 bagian alur keyword

Sumber : pribadi

## 5.1.2 Penjelasan Konsep Keyword

### **Keyword : Youthful And Healty**

Konsep utama dalam perancangan buku infografis ini tentang menginformasikan tentang bagaimana cara melakukan pengaturan berat badan dengan cara yang cocok dengan anak muda jaman sekarang adalah *Youthful and healty*. Arti kata Youtful yaitu bersifat muda atau kemuda-mudaan dengan maksud selain pengemasan secara visual, diet *OCD* ternyata berkaitan dengan anak muda yaitu dengan cara dietnya yang membebaskan untuk makan apa saja asal pada jam tertentu dimana anak muda suka nongkrong atau makan-makanan tertentu pada saat ini. Kata healty diet program berarti menginformasikan program diet yang sehat yaitu dengan cara *OCD*.

## 5.2 Penjabaran Konsep

### 5.2.1 Konsep Verbal

Strategi Komunikasi dalam perancangan buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier menggunakan teknik flat desain dan vektor yang menjadi trend dan digemari anak muda. Di dalam buku nantinya akan ada penjelasan berupa data dan disertai visual agar pembaca lebih mudah untuk memahami pesannya.

Untuk penggunaan bahasa dalam perancangan ini menggunakan bahasa yang tidak baku sama halnya dengan bahasa yang biasa dipergunakan anak muda jaman sekarang, tidak terlalu berat dan formal, agar lebih mudah di pahami. Dan juga didalam buku ini akan disertakan grafik sehingga lebih mendukung lagi kata-kata yang disajikan.

#### 5.2.1.1 Judul Buku

Untuk judul buku disesuaikan dengan isi buku yang seolah-olah memberitau anak muda tentang program kesehatan berupa diet agar remaja memperhatikan berat badan dan kesehatannya dimana anak muda juga memperhatikan bentuk fisiknya agar lebih menarik, jadi menggunakan judul “*Get*

*Your Body In Shape*” yang berarti mengajak para remaja untuk memperhatikan berat badan agar tubuhnya bagus dan ideal.

### 5.2.1.2 Deskripsi Konten/Isi

- Catatan Penulis

Berisikan kata pengantar dan penjelasan inti buku.

- Daftar Isi

Berisikan daftar judul setiap bab dengan disertakan nomor halaman agar mudah dicari

- Isi Buku

Berisi informasi seputar diet OCD. Buku ini mengambil rujukan dari buku Karya Dedi Corbuzier yang berjudul *Obsessive Corbuzier Diet and OCD 2 Wolverine and Wonder Woman Project*. Tiap bab memiliki layout dan warna yang berbeda-beda. Semua isi buku berisi tentang metode-metode, jenis dan besar kalori pada makanan, dan apa yang dapat mendorong diet agar lebih mudah berhasil seperti olahraga dll.

- Penutup

Berisikan kalimat-kalimat penutup dan beberapa pembahasan buku yang dapat diambil dalam isi buku

- Profil Penulis

Berisi biodata dan profil penulis.

- Daftar Pustaka

Berisikan daftar rujukan atau literatur-literatur dari sumber-sumber yang berperan sebagai penguat data atau pendukung isi buku.

### **5.2.1.3 Format Buku**

Buku infografis tentang diet sehat ala Dedi Corbuzier ini akan dikemas dengan menggunakan jilid hardcover. Keseluruhan akan dicetak berwarna, untuk dimensi buku infografis ini berukuran 20 x 20 cm (Persegi).

### **5.2.1.4 Gaya Bahasa**

Gaya bahasa untuk buku ini menggunakan bahasa non-formal agar mudah dipahami oleh remaja, dan informatif agar dapat tersampaikan dengan mudah, agar mudah diingat dan dimengerti oleh remaja dan digabungkan dengan sedikit kata-kata bahasa Inggris yang sering digunakan dan populer dikalangan remaja jaman sekarang, hal ini juga dipengaruhi dari keyword dan judul buku yang semuanya menggunakan bahasa Inggris.

## **5.3 Konsep Visual**

### **5.3.1 Gaya Gambar Infografis**

Gaya gambar pada infografis yang digunakan dalam buku ini adalah dengan menggunakan ilustrasi vector dan flat desain yang sesuai dengan gaya yang disukai remaja jaman sekarang, supaya terget audiens lebih tertarik untuk membeli dan membacanya.



Gambar 5.2 karakter infografis

Sumber : pribadi

### 5.3.2 Tipografi

Dalam perancangan ini tipografi yang digunakan untuk perancangan buku infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier adalah tipografi yang menggunakan jenis font sans serif karena lebih simpel dan minimalis yang digemari oleh anak muda dan cocok digunakan untuk infografis

ABCDEFGHIJKLMN

abcdefghijklmn

Gambar 5.3 Contoh font Bebas

Sumber : pribadi

ABCDEFGHIJKLMN

Abcdefghijklmn

Gambar 5.4 contoh font Typo Grotesk

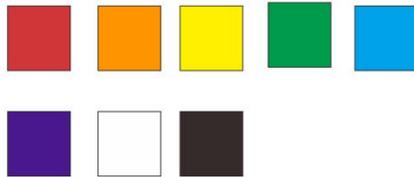
Sumber: pribadi

### 5.3.3 Warna

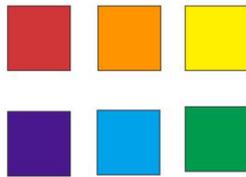
Warna yang digunakan untuk perancangan buku Infografis diet sehat ala Dedi Corbuzier ini menggunakan warna-warna yang disukai oleh target audiens, yaitu warna-warna pastel yang lembut dan soft, cocok juga untuk dijadikan sebagai warna infografis, diambil juga warna warna pakaian dedicorbuzier dikehidupannya sehari-hari dan di cocokkan dengan psikologi warna anak muda.



Filosofi Warna



Warna Final



Gambar.5.5 sampel warna baju olahraga, Dedi Corbuzier dan Filosofi Warna anak muda

Sumber :Pribadi

### 5.3.4 Layout

Berdasarkan hasil survey terhadap anak remaja 16-21 tahun menyatakan bahwasanya mereka lebih menyukai buku dengan lebih banyak visual dari pada tulisan. Jadi layout yang digunakan pada buku infografis ini memiliki lebih banyak gambar dan mengurangi tulisan yang dikemas dengan penuh warna

## 5.4 Konsep Perancangan Media Pendukung

- Media Pendukung:

Konsep perancangan mediapendukung merupakan media yang berfungsi sebagai penarik komunikasi dari media utama supaya audiens ingin memiliki buku tersebut. Media pendukung dalam perancangan ini menggunakan media yang dekat dan berhubungan dengan isi buku dan audiens. Berikut merupakan media pendukung yang terpilih :

a. Poster

Poster merupakan media yang ada dimana-mana dan sering ditemui di tempat umum. Seperti di Sekolah , kantin tempat perbelanjaan, oleh karena itu poster dapat digunakan untuk menginformasikan kapan buku akan dirilis dan mempromosikan buku kepada umum.

b. Pembatas buku

Pembatas buku sangat penting karena pembaca dapat menandai pada halaman mana dia menemukan sesuatu yang penting bagi pembaca.

c. Merchendaising:

- Notes :

Remaja sangat suka dengan kegiatan corat mencoret dimanapun dia berada ketika sedang bosan maupun tidak untuk mengekspresikan , bisa juga digunakan untuk mencatat progress dietnya. Notes juga bisa digunakan untuk mencatat hal-hal penting lainnya.

- Gantungan Kunci

Dapat digunakan sebagai media penyampai pesan, karena dimana pun dia membawanya bersama tas, kunci dompet dsb

- Tumbler

Media ini cukup berguna kepada audiens karena saat mereka melakukan olahraga untuk menjalankan dietnya media ini dapat berguna sebagai tempat minumnya. Dimana ketika berolahraga kita biasanya haus.

- Baju Singlet

Media ini dapat digunakan sebagai pakaian untuk berolahraga, karena baju singlet lebih fleksible dan leluasa ketika digunakan berolahraga, lebih memudahkan pergerakan .

- Pin

Media pin berfungsi hampir sama dengan gantungan kunci namun dapat dibawa dan tempel kan di pakaian tas dsb, agar kita senantiasa ingat dengan buku.

- Headband

Headband merupakan media yang sangat berguna khususnya bagi anak muda yang hendak berolahraga, dikarenakan pada jaman sekarang banyak anak-anak muda atau remaja memiliki potongan rambut yang beraneka ragam dari wanita maupun laki-laki, headband dapat melindungi pengelihatan mereka dari gangguan rambut dan membuat mereka lebih fokus berolahraga.

- Handuk Kecil

Juga merupakan merchandise yang digunakan untuk mengelap keringat saat berolahraga.

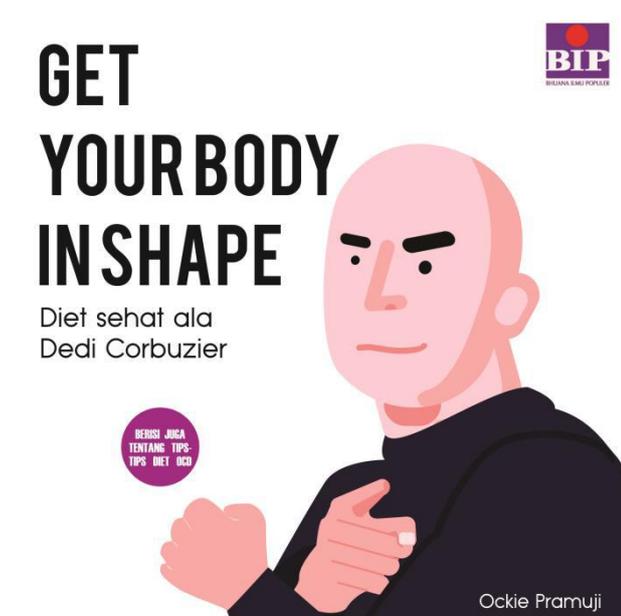
- Kaos

Marchandise yang dapat digunakan kapan saja, terkhusus pada saat peluncuran buku tersebut

## BAB VI

### IMPLEMENTASI DESAIN

#### 6.1 Cover Buku “Get Your Body In Shape”



**Gambar 6.1 Cover Buku “Get Your Body In Shape”**

*Sumber : dokumen pribadi*

Cover buku Infografis “Get Your Body In Shape” menampilkan visual seorang sosok Dedi Corbuzier yakni *icon* dari diet *OCD* dengan gaya gambar flat desain dengan warna yang ngepop sehingga cocok untuk anak muda Untuk cover buku infografis ini memakai jenis kertas *FP Options Cover, 270 Gram Crystal White* dengan ukuran 14,8 x 14,8 cm dengan menggunakan jilidan *Soft cover*.

## 6.2 Daftar Isi

DAFTAR ISI		
01		08
Obesitas	Diet	Diet OCD
	05	
		41
Monk Fasting Metode	Protein	Practice
17		60

**Gambar 6.2** Daftar isi buku “Get Your Body In Shape”

*Sumber : dokumen pribadi*

Daftar isi sebagai penunjuk bagian-bagian yang ada di dalam buku antara satu topik dengan topik yang lain serta ditambah dengan nomor halaman yang sesuai dengan topik-topik tersebut.

## 6.3 Isi Buku

Dalam isi buku ini berisi tentang topic bahasan yang berbeda pada setiap babnya, dan didalam setiap topic tersebut terdapat infografis, pengertian serta teori-teori tentang diet *OCD*

Layout yang digunakan dalam isi buku ini tergolong simple, dengan menggunakan warna-warna yang mengandung unsur *pop* yaitu warna-warna yang digemari remaja jaman sekarang, kertas yang digunakan adalah jenis kertas *Green Forest 150 Gram Crystal White*.



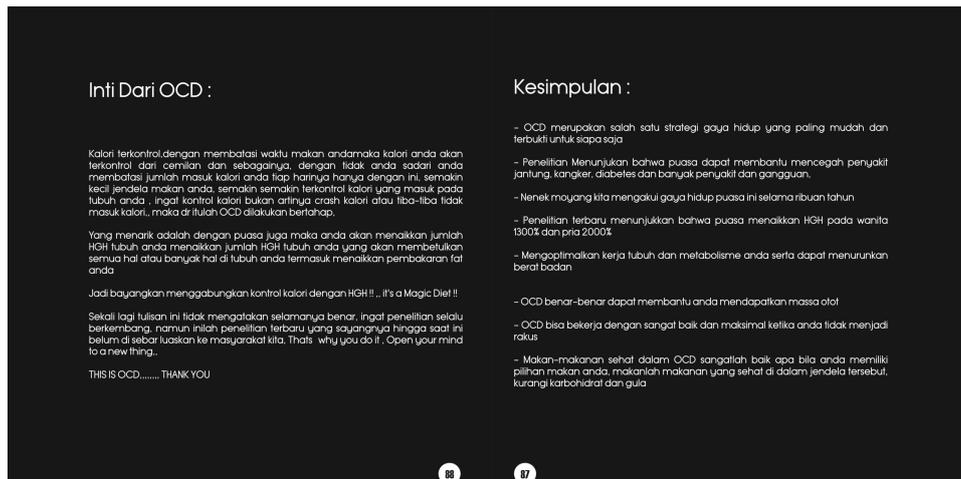
**Gambar 6.3 isi buku “Get Your Body In Shape”**

*Sumber : dokumen pribadi*

#### 6.4 Penutup

Penutup buku ini terdapat halaman kesimpulan, inti dari diet *OCD* serta tentang atau biodata penulis.





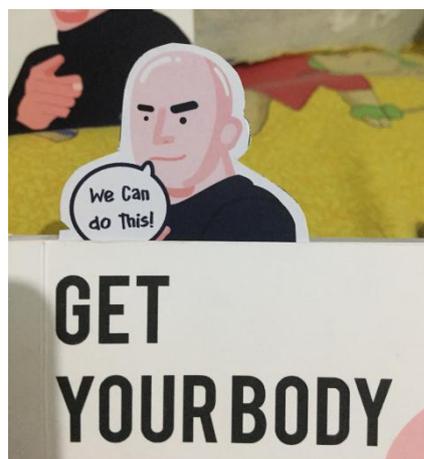
**Gambar 6.4 Penutup buku “Get Your Body In Shape”**

*Sumber : dokumen pribadi*

## 6.5 Media Pendukung

### a. Pembatas Buku

Pembatas buku merupakan sebuah pelengkap dalam sebuah buku, dimana pembatas buku berperan sebagai penanda pada halaman mana kita telah membaca, media ini cukup membantu dimana ketika pembaca ingin menandai halaman berapa yang ingin mereka alami atau ketika pembaca tidak dapat menghabiskan membaca buku secara langsung dan dapat ditandai untuk melanjutkannya lain waktu.



**Gambar 6.5 Pembatas Buku**

*Sumber : dokumen pribadi*

b. Sticker

Sticker merupakan salah satu *merchandise* yang dapat diperoleh pembeli buku secara cuma-cuma yang telah diselipkan pada bagian belakang buku yang sudah di kemas.



**Gambar 6.6 Stiker**

*Sumber : dokumen pribadi*

c. Gantungan Kunci

Sama dengan halnya sticker gantungan kunci merupakan salah satu *merchandise* yang dapat kita peroleh ketika seseorang membeli buku, dengan tujuan ketika gantungan kuncinya sudah digantungkan dimana saja seperti , kunci rumah , motor , tas , dompet, dan barang-barang lainnya maka akan teringat kembali kepada buku, gantungan kunci ini dibuat dengan menggunakan bahan akrilik yang menimbulkan kesan mewah dan tidak cepat rusak.



**Gambar 6.7 Gantungan Kunci**

*Sumber : dokumen pribadi*

d. Kaos

Kaos merupakan merchandise khusus yang dikenakan pihak penulis dan tim pada saat meluncurkan buku , dan akan diberikan kepada pembeli pertama hingga pembeli ke-10 yang melakukan pembelian langsung pada hari peluncuran, Kaos dengan bahan *cotton combed 30s* membuat pemakai tidak merasa gerah dan menyerap keringat, serta dengan bahan tersebut ketika dicuci kaos tidak mudah mengkerut dan di cetak dengan menggunakan mesin *DTG*.



**Gambar 6.8 Kaos**

*Sumber : dokumen pribadi*

e. Pin

Pin juga akan menjadi salah satu merchandise yang dapat diperoleh untuk para pembeli buku secara cuma-cuma, sama seperti halnya gantungan kunci pin bertujuan untuk mengingatkan kita kembali kepada buku tentang diet ini, ketika kita sedang berada diluar atau sibuk dsb.



## Gambar 6.9 Pin

*Sumber : dokumen pribadi*

### f. Kaos Singlet

Kaos singlet atau kaos dalam merupakan merchandise yang dapat digunakan seseorang untuk berolahraga, untuk menerapkan dan menjalankan dengan baik apa yang ada didalam buku, kaos singlet berbahan katun sangat dingin dan menyerap keringat cocok untuk digunakan untuk berolahraga indoor.



**Gambar 6.10 Kaos Singlet**

*Sumber : dokumen pribadi*

### g. Headband

Headband juga merupakan merchandise yang digunakan untuk membantu memaksimalkan olahraga, seperti yang kita ketahui anak muda jaman sekarang memiliki model rambut yang kadang unik dan tidak sedikit memiliki rambut panjang para remaja wanita juga pastinya memiliki rambut yang panjang, dengan adanya headband ini bertujuan untuk membantu para remaja yang ingin

berolahraga agar tetap fokus dan tidak terganggu oleh rambut *trendy* yang mereka punyai.



**Gambar 6.11 Headband**

*Sumber : dokumen pribadi*

#### h. Handuk Kecil

Handuk kecil juga merupakan merchandise yang dapat digunakan para pembaca untuk mendukung aktifitas olahraga untuk mengelap dan menghilangkan keringat saat melakukan gerakan-gerakan olahraga.

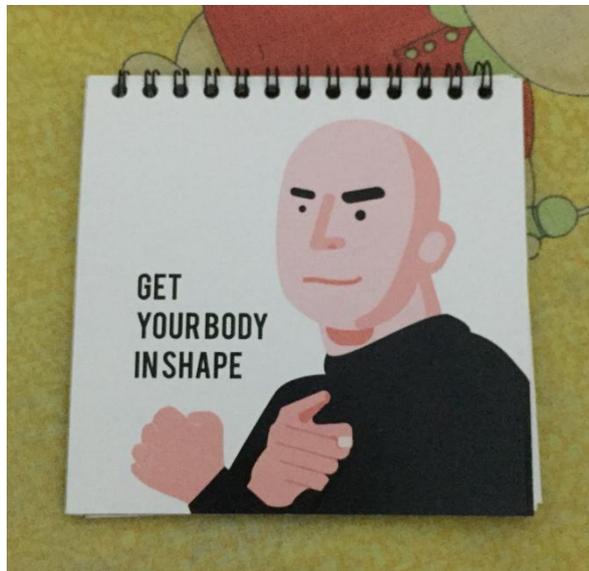


**Gambar 6.12 Handuk Kecil**

*Sumber : dokumen pribadi*

i. Note

Note atau buku catatan dapat digunakan untuk mencatat hal-hal penting, mencoret-coret dsb, note berukuran kecil cocok untuk dibawa kemana-mana untuk mencatat hal yang perlu dicatat pada hari itu agar tidak lupa, cover note diprint pada kertas *art-papper 260 gram*, dengan isi menggunakan kertas *hvs 60gram*.



**Gambar 6.13 Notes**

*Sumber : dokumen pribadi*

j. Tumbler

Tumbler adalah merchandise yang berguna sebagai tempat minuman yang hendak akan dibawa untuk berolahraga



**Gambar 6.14 Tumbler**

*Sumber : dokumen pribadi*

## **6.6 Biaya Produksi Cetak**

### **6.6.1. Estimasi Harga Cetak Buku**

Persiapan				
No	Nama Barang	Satuan	Harga Rp	Total Rp
1	Texture Cover 270 gr	2	12.000	24.000
2	Green Forest 150 gr	15	4.400	66.000
Total				90.000

Cetak				
No	Nama Barang	Satuan	Harga Rp	Total Rp
1	Print Warna A3	27	3.500	94.500
2	Jilid	2	10.000	20.000
Total				114.500

Harga Persiapan + Harga Cetak

$$90.000 + 114.500 = 204.500 = 2 \text{ buku}$$

Harga perbuku

$$204.500 / 2 = 102.250$$

### 6.6.2. Estimasi Harga Cetak Buku Secara Massal

Semisal buku “Get Your Body In Shape” dicetak menjadi 100 Eksemplar maka biaya cetaknya :

Harga per buku dengan total halaman 95 (dengan kuantitas 100 eks) maka Perbuku hanya terkena biaya sebesar 35.000 Ribu Rupiah + biaya soft cover sebesar 10 ribu rupiah

Total HPP perbuku dengan di cetak masal adalah :

$$35.000 + 10.000 = 45.000$$

Dengan ditambahkannya dengan nilai keuntungan yang kita buat sebesar 100%. Maka dari itu dalam perancangan buku infografis ini biaya yang dikeluarkan dan ditambah dengan total keuntungan sebesar 100% maka akan muncul harga jualnya

$$45.000 + 100\% =$$

$$45.000 + 45.000 = 90.000 / \text{buku}$$

### 6.6.3. Estimasi Harga Cetak Media Pendukung

Biaya Merchandise				
No.	Nama Barang	Satuan/Lbr	Harga Rp	Total Rp
1	Poster	1	4.000	4.000
2	Kaos	1	55.000	55.000
3	Kaos Singlet	1	55.000	55.000

4	Headband	1	25.000	25.000
5	Pembatas Buku	1	4.000	4.000
6	Gantungan Kunci	6	15.000	90.000
7	Pin	3	5.000	15.000
8	Note	1	3000	3.000
9	Tumbler	1	20.000	20.000
10	Stiker	2	6.000	12.000
Total				283.000

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

Dengan adanya judul dan karya tugas akhir perancangan buku infografis diet sehat ala dede corbuzier yang menghasilkan buku yang berjudul “Get Your Body In Shape” yang saya buat ini, saya berharap buku ini dapat menjadi sebuah media yang sangat bermanfaat khususnya untuk para remaja di Indonesia untuk memperbaiki kehidupannya dan membuang gaya hidup yang tidak sehat yang membahayakan dirinya, dan agar para remaja akan lebih berwawasan dan menerapkan gaya hidup yang sehat, mulai dari yang gemuk bisa menjadi ideal dan sehat, yang sudah ideal agar dapat menjaga tubuhnya agar tetap ideal dan syukur-syukur dapat lebih baik lagi kedepannya. Informasi yang sebelumnya telah disampaikan oleh buku Dede Corbuzier sebelum-sebelumnya ditulis kembali dan di saring lantas dijadikan Infografis dan dikemas dengan penuh warna yang diharapkan untuk menarik minat para remaja untuk membaca.

Perancangan buku infografis diet sehat ala Dede Corbuzier ini juga terdapat tata cara atau *tutorial* bagaimana kita dapat menjalankan diet dengan mudah, dengan pemilihan kata yang mudah juga untuk dicerna remaja diharapkan buku “Get Your Body In Shape” ini dapat diterapkan dikehidupan sehari-hari para pembaca sekalian,

#### 7.2 Saran

Penulis berharap, dengan tulisan yang telah dibuat oleh penulis dengan maksimal ini sangat-sangat jauh dari kata sempurna. Penulis sangatlah perlu kritik dan saran yang dapat membantu penulis untuk menjadi lebih baik dalam membuat laporan dan hasil karya selanjutnya.

Semoga laporan tugas akhir yang dibuat oleh penulis ini dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat terlebih lagi untuk para remaja yang belum atau kurang menjaga polah hidupnya menjadi lebih sehat agar dapat memperbaikinya dan memiliki badan yang ideal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman,2014. *Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Wanita usia Dewasa Awal*.eJournal Psikologi. 2(2): 163 -170
- Danton, Sihombing (2001). *Tipografi Dalam Desain Grafis*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Hurlock, E. B. 1992. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga .
- Kim, M., & Lennon, S. J. (2006). *Analysis of diet advertisement: a cross-national comparrison of Korean and US women 's magazines*. Clothing and Textiles Research Journal, 24, 345-358.
- Kurdanti, 2015. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja*.Jurnal Gizi Indonesia.Vol, 11 No.4
- Maulidi, Ahmad. 2016. *Pengertian dan Proses Kerja Warna*. <https://www.kanal.web.id/2016/06/proses-kerja-warna.html>. (diakses pada tanggal, 19 Desember 2017)
- Merawati , Kinanti , R, G. 2005. *Perilaku makan pada siswa obesitas*. Jurnal Iptek Olahraga. 7 (3) : 3-7
- Monks, F.J. dkk. 2006.*Psikologi perkembangan, pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta : GadjahMada University Press.
- Lubis Hary. 2007. *Metode Riset untuk Desain Komunikasi Visual*. Jakarta : Andi Publisher
- Prasetyorini, Hesti, Titis.2010. *Studi tingkat pengetahuan tentang metode penurunan berat badan pada mahasiswa overweight di stikes RS. Baptis Kediri*. Jurnal Stikes RS Baptis Kediri. 3(2) :62-72.
- Putri, Nessa. 2014. *Definisi Diet Menurut Para Ahli*.<https://menurunkanberatbadan.info/definisi-dan-pengertian-diet-menurut-para-ahli>, (Diakses 19 Desember 2017).
- RustanSurianto. 2013. *Huruf Font Tipografi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum

- RustanSurianto. 2014. *Layout Dasar & Penerapannya*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Umum
- Safanayong, Yongky. (2006). *Desain komunikasi visual Terpadu*. Jakarta: ARTE INTERMEDIA.
- Sarwono, 1989.*Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sumenge, Natalia., Heru, Subiantoro. 2015. *Buku Infografis panduan perilaku hidup positif bagi remaja usia 13-15 tahun*.Jurnal Creativitas. 1(2) : 378-385
- Sumosardjuno,1989 . *Pengertian Kesegaran Jasmani*.JakartaSarwono Jonathan,
- Supriyono, Rachmat. (2010). *Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta. Andi.
- Susiliowati.2011. *Hubungan Kegemukan dengan konsep diri pada remaja usia 16-18tahun*. Jurnal AKP. (4) : 38-44
- Tinarbuko, Sumbo. (2008). *Semiotika komunikasi visual*. Yogyakarta: PERCETAKAN JALANSUTRA.

## WEBTOGRAFI

[www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

[www.deviantart.com](http://www.deviantart.com)

<https://media.neliti.com/media/publications/59016-ID-hubungan-tingkat-kepercayaan-diri-dengan.pdf>

<https://eprints.uns.ac.id/11141/1/295-1556-2-PB.pdf>

<http://menurunkanberatbadan.info/definisi-dan-pengertian-diet-menurut-para-ahli>

<http://ilmu-pendidikan.net/pustaka/buku/bagian-penyusun-buku>

[http://houseofinfographics.com/apa-itu-infografis/?doing\\_wp\\_cron=1507730667.1375610828399658203125](http://houseofinfographics.com/apa-itu-infografis/?doing_wp_cron=1507730667.1375610828399658203125)

## Lampiran

Dokumentasi Foto Booth Pameran Adiluhung Gerilya 10, East Coast



## BIODATA PENULIS



Ockie Pramuji, Pria kelahiran Surabaya, tanggal 19 Oktober 1994, penulis memulai pendidikan di universitas negeri pembangunan nasional “Veteran” Jawa Timur dengan mengambil jurusan desain komunikasi visual.

Memulai ketertarikan pada dunia desain dari SMA , dan menyukai kesenian lukis dari kecil, membuatnya terbiasa dengan hal-hal tersebut, impian penulis ingin sekali memiliki agency event organizer sendiri bersama teman-temannya dan ketertarikannya kepada sepatu dan kuliner membuat penulis berimpian memiliki toko dan usaha sendiri.