

JURNAL TUGAS AKHIR

**PERANCANGAN WEBKOMIK TENTANG EDUKASI
OBESITAS BAGI REMAJA**



PENCIPTAAN/PERANCANGAN

Aulia Azziawaty

NIM 1412312024

PROGRAM STUDI S-1 DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

JURUSAN DESAIN FAKULTAS SENI RUPA

INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA

2020

JURNAL TUGAS AKHIR

**PERANCANGAN WEBKOMIK TENTANG EDUKASI
OBESITAS BAGI REMAJA**



PENCIPTAAN/PERANCANGAN

Aulia Azziawaty

NIM 1412312024

Tugas Akhir ini Diajukan kepada Fakultas Seni Rupa
Institut Seni Indonesia Yogyakarta Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Bidang
Desain Komunikasi Visual
2020

Jurnal Tugas Akhir Perancangan berjudul:

PERANCANGAN WEBKOMIK TENTANG EDUKASI OBESITAS BAGI REMAJA diajukan oleh Aulia Azziawaty, NIM 1412312024, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 9 Januari 2020 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Mengetahu,
Ketua Program Studi/Ketua/Anggota

Indiria Maharsi, M.Sn.
NIP 19720909 200812 1 001 / 0009097204

ABSTRAK

Aulia Azziawaty

Perancangan Webkomik tentang Edukasi Obesitas bagi Remaja

Gangguan kesehatan akibat aktivitas rendah dan asupan makan yang berlebih lama-kelamaan membuat tubuh mengalami kelebihan berat badan sehingga memicu kondisi obesitas. Menurut Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan tahun 2018 prevalensi orang yang mengalami berat badan berlebih dan obesitas terus meningkat setiap tahunnya, padahal obesitas dapat memicu penyakit tidak menular mematikan seperti hipertensi, stroke, dan diabetes mellitus. Kementerian kesehatan melalui Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular membuat panduan kampanye GENTAS (Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas) berisi langkah-langkah mencegah obesitas.

Penciptaan webkomik ini bertujuan untuk mengedukasi remaja cara mencegah obesitas dengan panduan dari kampanye tersebut. Didukung dengan materi-materi lain dari website <http://p2ptm.kemkes.go.id> seperti 'Majalah Warta Kesmas', 'Buku Saku: Ayo Bergerak, Lawan Obesitas!'

Kata kunci: Webkomik, Obesitas, Remaja, Penyakit Tidak Menular

ABSTRACT

Aulia Azziawaty

Designing Webcomic About Obesity Education for Teenagers

Health problems due to low activity and excessive food intake slowly caused the body to become overweight that provoke obesity. According to Basic Health Research held by the Ministry of Health in 2018 have proven that the prevalence of overweight and obesity was rising in the last decade, meanwhile, obesity can cause deadly non-communicable diseases such as hypertension, stroke, and diabetes mellitus. Ministry of health through the Directorate of Prevention and Control of Non-Communicable Diseases has made a campaign guide called GENTAS (National Movement to Press Obesity Rates) contains steps and how-to tips to prevent obesity.

This webcomic design process aims to educate teenagers on how to prevent obesity by guides from the campaign mentioned, supported by other guides and materials from <http://p2ptm.kemkes.go.id> such as 'Warta Kesmas Magazine', 'Pocket Book: Let's Move, Fight Obesity!'

Keywords: Webcomic, Obesity, Teenager, Non-Communicable Disease

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Saat ini akses terhadap kebutuhan dasar manusia sangat mudah didapat, transportasi mudah dicari, dan pekerjaan lebih ringan dengan bantuan internet. Teknologi telah mempengaruhi gaya hidup manusia secara signifikan. Namun dengan kemajuan teknologi manusia menjadi kurang bergerak sehingga memicu berbagai gangguan kesehatan. Jika tidak diatasi maka akan manusia akan mudah terjangkit penyakit tidak menular (PTM).

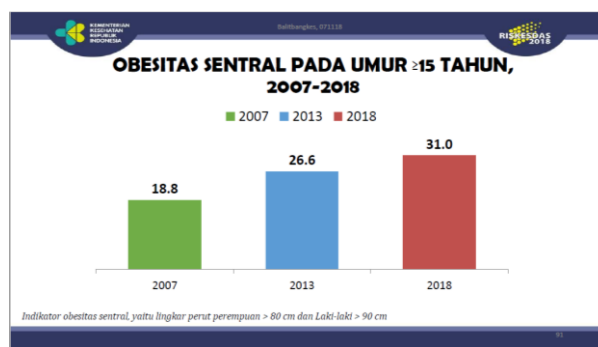
Gangguan kesehatan akibat aktivitas rendah dan asupan makan yang berlebih lama-kelamaan membuat tubuh mengalami kelebihan berat badan sehingga memicu kondisi obesitas. Obesitas merupakan kondisi medis berupa kelebihan lemak tubuh yang merugikan bagi kesehatan. Pengidap obesitas beresiko harapan hidup turun (kematian dini) atau meningkatkan masalah kesehatan (Yahya, 2017:12). Obesitas mengakibatkan penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes mellitus, hiperkolesterol (tingginya kolesterol dalam darah sehingga mempersempit pembuluh darah memicu penyakit jantung koroner, nantinya menjadi serangan jantung dan stroke), artritis/radang sendi, hingga demensia (Yahya, 2017:20). Seluruh negara di dunia kini mempunyai masalah kesehatan yang sama yaitu obesitas. Berbagai negara sudah mulai mengatasinya dengan sosialisasi hidup sehat bahkan hingga memberlakukan pajak pada minuman soda dan *junk food*.

Pentingnya edukasi mengenai obesitas dikuatkan dengan data dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) yang dilaksanakan secara berkala oleh Kementerian Kesehatan RI. Dalam Riskesdas tahun 2018 prevalensi berat badan berlebih, obesitas, dan obesitas sentral terus meningkat dalam satu dekade terakhir. Ini menyadarkan bahwa edukasi mengenai obesitas penting untuk dilakukan secara terus-menerus.



Gb. 1. 1 Hasil Riskesdas 2018

(sumber: kemkes.go.id)



Gb. 1. 2 Hasil Riskesdas 2018

(sumber: kemkes.go.id)

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah melakukan upaya pemberantasan obesitas dengan melakukan kegiatan sosialisasi melalui Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) bernaung di bawah Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Dalam web <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/> tersedia mengenai informasi dan rangkaian kegiatan terkait sosialisasi PTM (penyakit tidak menular). Informasi mengenai PTM seperti obesitas, diabetes, stroke, dan penyakit lainnya disajikan secara sederhana dan mudah dipahami dalam bentuk infografis, artikel, dan e-book. Di dalam website juga tersedia informasi mengenai kegiatan sosialisasi seperti peringatan Hari Gizi Nasional, simposium nasional, dan Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu untuk Penyakit Tidak Menular). Direktorat P2PTM mencoba hadir lebih dekat ke masyarakat terutama anak muda dengan

menggunakan akun instagram @p2ptmkemenkesri yang di lamannya termuat *feed* berupa infografis menarik mengenai PTM serta *update* terkini mengenai kegiatan direktorat dalam *stories*. Akun instagram resmi milik direktorat ini aktif sejak Oktober 2016 dan saat ini sudah memiliki lebih dari 67 ribu pengikut. Akun @p2ptmkemenkesri memiliki materi informasi yang sama dengan yang ada di dalam *website*. Infografis mengenai PTM disajikan dengan tata letak dan warna yang menarik mengenai cara mengenali ciri dan tanda-tanda awal penyakit di tubuh kita serta bagaimana mencegahnya. Informasi yang disajikan merupakan infografis sederhana dengan kata-kata yang mudah dipahami dan mudah untuk dilakukan.

Dalam <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/> terdapat sebuah panduan kampanye GENTAS yaitu singkatan dari Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas. Panduan ini diterbitkan pada tahun 2017 berbentuk e-book berisi 32 halaman yang berisi panduan kampanye mengenai langkah mudah untuk tetap sehat dan aktif dengan mengatur asupan makan dan aktivitas fisik.

Penciptaan komik ini dilakukan untuk meningkatkan penyerapan informasi dengan menjembatani antara informasi kampanye GENTAS dari direktorat ke pembaca. Informasi dan panduan yang diberikan direktorat fokus terhadap kesadaran individu tanpa fokus terhadap audiens tertentu, maka dalam komik ini pesan tersebut akan dikemas dalam diksi yang lebih mudah dipahami oleh remaja. Materi dari direktorat akan dimasukkan ke dalam cerita komik sehingga diharapkan dapat dijadikan contoh kasus dan dapat menyentuh sisi emosional pembaca remaja. Emosional di sini berarti bahwa materi akan dikemas dalam cerita sedemikian rupa sehingga dapat membuat pembaca terhibur dengan merasakan berbagai macam emosi seperti sedih, bahagia, tertawa, dan lain sebagainya. Pembaca diharapkan dapat berempati pada drama antar tokoh dalam komik.

2. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah di atas bagaimana merancang komik edukasi tentang obesitas yang efektif dan menghibur?

3. Tujuan Perancangan

Tujuan perancangan komik ini adalah untuk merancang karya komik edukasi pencegahan obesitas setara petugas kesehatan yang efektif dan menghibur.

4. Batasan Masalah

Komik ini dirancang untuk remaja usia 18-25 tahun di saat usia ini remaja sudah mulai hidup mandiri dan menentukan gaya hidupnya sendiri. Pemilihan target pembaca usia ini juga memungkinkan untuk pengembangan cerita dan konflik yang lebih kompleks dalam berbagai genre cerita seperti drama, aksi, romansa, dan lain sebagainya sehingga materi yang dibawa akan diterima dengan pengalaman yang berbeda. Webkomik ini dapat dibaca melalui website yang diakses melalui browser desktop komputer.

5. Manfaat

- a. Bagi *target audience* dapat menjadi media webkomik yang memberi hiburan sekaligus edukasi
- b. Bagi masyarakat umum dapat menjadi suguhan webkomik edukasi dengan gaya yang unik.
- c. Bagi mahasiswa DKV dapat menjadi referensi pustaka perancangan karya webkomik edukasi.
- d. Bagi dunia perkomikan/ilustrasi dan buku bacaan Indonesia karya perancangan ini dapat menjadi referensi webkomik bertema kesehatan.

6. Definisi Operasional

Perancangan karya webkomik tentang edukasi obesitas bagi remaja terdapat berbagai definisi tentang webkomik, edukasi, obesitas, dan remaja sebagai berikut:

a. Webkomik

Webkomik merupakan komik yang diterbitkan melalui media internet dengan keunggulan menekan biaya yang lebih rendah namun jangkauan tidak terbatas (Maharsi, 2011: 20). Pada awalnya webkomik diunggah dengan format yang sama seperti komik cetak, namun seiring waktu penerbitan komik daring menyesuaikan tata letak dari layar komputer dan *gadget* seperti tablet dan ponsel pintar. Beberapa *platform* webkomik populer di Indonesia saat ini adalah Naver LINE *Webtoon*, Comico, Ciayo Comics, Webcomics.co.id, dan Tapastic.

b. Komik edukasi

Edukasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia daring merupakan kata lain dari pendidikan. Sedangkan Cambridge Advanced Learner's Dictionary mendefinisikan edukasi sebagai proses pengajaran atau pembelajaran di sekolah atau perguruan tinggi. Komik edukasi dapat menyampaikan muatan pendidikan dengan cara yang menarik sehingga cepat diterima dibanding teks, komik yang dahulu dianggap membawa muatan negatif kini dapat membawa pesan-pesan bernilai edukatif bahkan telah diterapkan dalam pembelajaran dari TK hingga perguruan tinggi (Maharsi, 2011: 21)

c. Obesitas

Obesitas merupakan kondisi medis berupa kelebihan lemak tubuh yang merugikan bagi kesehatan. Pengidap obesitas beresiko harapan hidup turun (kematian dini) atau meningkatkan masalah kesehatan (Yahya, 2017:12).

7. Metode Perancangan

a. Sumber data

1) Data primer

Data primer dalam perancangan yaitu konten website <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/> mengenai obesitas yang diterbitkan rentang tanggal 29 April 2016 sampai dengan tanggal 30 November 2018, sedangkan topik mengenai aktivitas fisik dalam *post* yang diunggah dari 28 September 2018 sampai dengan 8 Januari 2019 yang berbentuk infografis maupun *e-book*.

2) Data sekunder

Data sekunder dalam perancangan ini merupakan jurnal yang membahas tentang obesitas seperti penelitian di suatu daerah, data statistik terkini, dan penelitian behavioral manusia.

b. Pengumpulan data

1) Studi literatur

Mencari sumber buku, jurnal, dan artikel mengenai obesitas. Mencari bahasan tentang teori komik, webkomik, dan *storytelling* yang dapat mendukung proses perancangan.

c. Kajian pustaka

1) Tugas Akhir Perancangan Komik Tentang Perjuangan “Keisha” Menjadi Atlet Tanding Pencak Silat karya Anisa Novia 1312268024 Jurusan DKV ISI Yogyakarta tahun 2018. Dalam perancangannya Anisa Novia menceritakan tentang seorang gadis bernama Keisha yang mempunyai masa lalu kelam sehingga kesulitan dalam mengatur emosinya, dengan mengikuti pencak silat dia dapat mencapai kedamaian spiritual. Di akhir cerita, menang atas lawan bukanlah yang utama namun menang atas ego sendirilah yang terpenting. Yang disampaikan dalam penelitian ini adalah bagaimana konsep pencak silat disampaikan melalui aksi dan drama yang terjadi di antara tokoh di dalam komik. Komik bergaya *manga* ini membuat kita menaruh simpati kepada tokoh utama yang membuat kita peduli pada pencak silat yang membuat hidup tokoh utama berubah. Komik ini menggunakan teori

storytelling narrative arc menurut Abel dan Madden, teori ini nantinya akan penulis jadikan inspirasi dalam pengerjaan tugas akhir .

- 2) Tugas Akhir Perancangan *Webcomic* Edukasi Hemodialisa sebagai Cara Merawat Pasien Gagal Ginjal Kronik Oleh Labib Ahmadin 1312269024 Jurusan DKV ISI Yogyakarta tahun 2018. Komik ini menceritakan perjalanan penulis menemani ibunya yang harus melakukan hemodialisa, penjelasan penanganan saat hemodialisa dijelaskan secara terperinci di dalam komik ini. Pembaca jadi mengetahui pengalaman penulis, merasa bersimpati dan nantinya akan lebih memperhatikan kesehatan keluarga.
- 3) Tugas Akhir Perancangan Komik *Diary* Ohidha oleh Bram Aryo Tegar Kusuma 1012020024 jurusan DKV ISI Yogyakarta tahun 2015. Kisah nyata seorang penderita AIDS yang berjuang untuk bertahan hidup mencoba berbagi dan mensosialisasikan HIV/AIDS dengan mematahkan mitos-mitos yang beredar di masyarakat. Uniknya dalam komik ini kita diajak bersimpati pada tokoh dan penyakitnya lewat drama dan interaksi antar anggota keluarga yang menjaganya. Di sini pembaca diajak merasakan betapa perih penyakit tersebut dan betapa sakit hati sang orangtua saat mengetahui sakitnya lewat gambar dan teks dalam komik, bahasan mengenai gejala dan kondisi tokoh utama saat sakit juga dibahas secara mendetail hingga pembaca merasa ngeri. Pada akhir cerita si tokoh utama kembali sehat dan beraktivitas seperti biasa, tokoh utama memberi penyuluhan pada warga, namanya terkenal hingga diundang ke acara ternama Kick Andy. Komik ini memberikan kesan bahwa ohidha tidak selalu buruk dan mereka bisa memulai kehidupannya kembali, akhir cerita pada komik ini memberikan kesan positif pada keseluruhan kisah hidup Pute sebagai odha dan keluarganya sebagai ohidha.

d. Instrumen pengumpulan data

Alat tulis yaitu pensil, pena, dan kertas untuk mencatat sumber tulisan serta mengembangkan ide.

8. Metode Analisis Data

Metode analisis perancangan menggunakan teori perancangan komik dari Scott McCloud dalam bukunya yang berjudul “Membuat Komik (McCloud, 2007: 8):

a. Pilihan momen

Menentukan momen yang akan dimasukkan ke dalam cerita dan momen yang harus dibuang

b. Pilihan bingkai

Memilih jarak dan sudut pandang yang tepat untuk momen yang telah dipilih, dan cara memotongnya.

c. Pilihan citra

Menggambar karakter, obyek, dan lingkungan dengan jelas dalam bingkai tersebut.

d. Pilihan kata

Menyusun kata yang menambah informasi penting dan menyatu dengan citra di sekeliling mereka.

e. Pilihan alur

Menuntun pembaca mengikuti urutan panel dalam halaman atau layar.

B. KONSEP PERANCANGAN

1. Konsep Kreatif

a. Tujuan Kreatif

Penciptaan webkomik “Sari Melawan Obesitas” bertujuan untuk memberi edukasi kesehatan mengenai obesitas bagi remaja dengan media webkomik dari materi yang diambil dalam buku panduan kampanye GENTAS sehingga selain pembaca mendapatkan contoh nyata untuk melakukan gaya hidup sehat.

b. Strategi Kreatif

1) *Target Audience*

- a) Demografis : laki-laki dan perempuan usia 17-25 tahun. Pilihan kata dan citra disesuaikan usia tersebut, yaitu dengan diksi yang ringan tidak terlalu formal namun informatif, memilih citra yang familiar seperti sekolah dan rumah.
 - b) Psikografis : orang yang dapat mengakses hiburan melalui komputer atau tablet. Alur komik disesuaikan agar nyaman dibaca pada gawai.
 - c) *Behaviour* :memiliki kebiasaan membaca komik atau setidaknya mengenal budaya komik, tertarik dengan sesuatu yang baru, dan peduli dengan isu kesehatan. Pemilihan bingkai disesuaikan pada target pembaca remaja agar menarik untuk dibaca.
 - d) Geografis : komik ini dapat diakses oleh siapapun yang memiliki PC atau laptop dengan web *browser* yang terkoneksi dengan internet. alur yang dipakai dalam komik ini merupakan alur lambat agar pembaca yang belum mengenal format seperti ini dapat menikmati dengan nyaman.
- c. Format dan Ukuran Webkomik
- Webkomik dirancang untuk memiliki tinggi 600 pixel dan lebar 960 pixel agar dapat menyesuaikan layar komputer dan laptop pada umumnya. Gambar yang diunggah berupa format .gif dan .png karena format .png merupakan format gambar yang ringan tanpa mengurangi detail gambar, sedangkan format .gif merupakan format gambar bergerak yang ringan dan dapat di baca di semua perangkat digital.
- d. Isi dan Tema Cerita webkomik
- Webkomik ini memiliki tema edukasi kesehatan dengan genre *slice of life*. Berbalut cerita romansa komedi khas remaja, tokoh utama dan tokoh pendamping menyampaikan materi edukasi pencegahan obesitas.
- e. Jenis Webkomik
- Webkomik yang akan dirancang berupa webkomik yang dikenal pada umumnya namun dibaca dari kanan ke kiri dengan tambahan efek animasi dan *parallax*. Adanya tambahan efek *parallax* berfungsi untuk

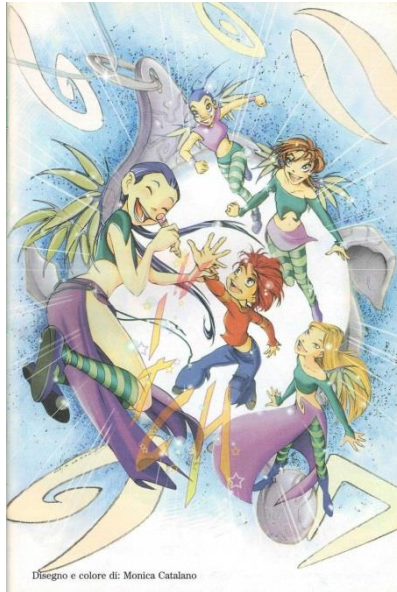
menambah efek dimensi pada gambar sehingga gambar terasa memiliki jarak dengan gambar lainnya, *parallax* juga yang membuat gambar dapat bergerak secara horizontal ketika halaman digerakkan dengan *mouse*. Animasi ditambahkan agar webkomik terkesan hidup dan menarik untuk dibaca.

f. Gaya Penulisan Naskah

Gaya penulisan naskah menggunakan sudut pandang tokoh utama sebagai pencerita. naskah dicoba dibuat seformatif sekaligus semenyenangkan atau sesantai mungkin maka tulisan naskah dibuat dengan bahasa yang informal dengan diksi yang digunakan sehari-hari. Pada saat bagian menjelaskan materi, infografis disusun menggunakan bahasa yang lebih formal agar memiliki kesan informatif. Pada bagian naskah yang fokus pada cerita, naskah ditulis dengan bahasa yang dramatis agar pembaca mendapatkan efek drama yang diinginkan penulis.

g. Gaya Visual/Grafis

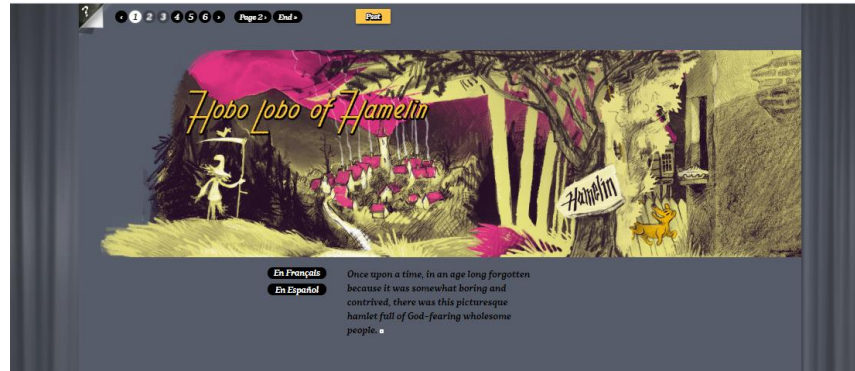
Konsep visual komik ini terinspirasi campuran gaya gambar Alessandro Barbucci & Daniela Vetro (W.i.t.c.h), dan Kamome Shirahama (Atelier of Witch Hat) yang komik-komiknya banyak menekankan pada detil *line art* dan keindahan pada aksi yang digambarkan sedangkan medium yang dipakai terinspirasi dari Hobolobo of Hamlelin menggunakan web dan dibaca secara horizontal.



Gb. 3. 1 komik W.i.t.c.h
(sumber: pinterest.com diakses 26 Juni 2019)



Gb. 3. 2 Atelier of Witch Hat
(sumber: pinterest.com diakses 26 Juni 2019)



Gb. 3. 3 Hobolobo of Hamelin
(sumber: hobolobo.net diakses 23 Desember 2019)

h. Teknik Visualisasi

Teknik visualisasi menggunakan teknik full digital dari pembuatan naskah, *storyboard*, *line art*, *pewarnaan*, hingga finalisasinya ke dalam bentuk webkomik. Teknik ini digunakan agar mempercepat proses pembuatan yang tahapannya cukup banyak.

i. Teknik Cetak

Webkomik ini dapat diakses melalui website penulis, versi cetak komik akan dicetak terbatas sebagai benda koleksi.

2. Program Kreatif

a. Judul webkomik

“Sari vs Lemak”

Judul dibuat *to the point* agar langsung tergambar isi komiknya.

b. Diskripsi Karakter Tokoh Utama dan Pendukung

1) Sari

Gadis pemalas yang ingin langsing demi mendapat perhatian Kak Chris

2) Si Cemplon

Jin penjaga keluarga Sari. Memiliki postur tubuh dan muka seperti tuyul yang menggemaskan, jin bernama Si Cemplon ini telah berusia 1000 tahun. Ia merupakan jin yang periang dan memiliki pengetahuan yang luas yang ia gunakan untuk menjalankan tugasnya menjaga kakek Sari dan keturunannya. Si

Cemplon tidak memiliki kekuatan istimewa seperti jin pada umumnya, namun dengan pengetahuannya yang luas Si Cemplon dapat menasehati manusia untuk hidup lebih panjang dan lebih berkualitas.

Jin Cemplon bertugas sebagai *sidekick* bagi Sari, memberi tahu tips-tips hidup lebih sehat seperti di komik edukasi pada umumnya.

3) Kak Chris

Kakak kelas idaman Sari, tampan menawan ketua pensi sekolah.

4) Bobi

Sahabat Sari yang diam-diam menyukainya, mau berkorban demi kebahagiaan Sari.

5) Keluarga Sari

Ayah, ibu, dan adik Sari yang pemalas namun hobi makan dan berfoya-foya.

c. Sinopsis

Sari seorang siswi SMA yang gemuk dan pemalas jatuh cinta kepada Kak Chris, kakak kelas terganteng dan ketua *event* pensi bergengsi di sekolah. Agar mendapat perhatian Kak Chris, Sari ingin tampil lebih menarik namun ia terlalu malas. Beruntung Jin Cemplon datang untuk membantu!

d. *Storyline*

1) Intro

Sari jatuh cinta pada pandangan pertama kepada Kak Chris, semenjak saat itu ia terobsesi untuk mendapatkan perhatiannya. Jin Cemplon datang membantu, kemudian Sari dan Cemplon membuat perjanjian

2) Episode 1

Sari mendaftar panitia *event* pensi agar dapat mendekati Kak Chris. Karena Sari tidak makan seharian ia malah pingsan dan tidak jadi bertemu Kak Chris. Cemplon mengajaknya untuk memasak dan memilih makanan sehat.

3) Episode 2

Sari dipindahkan ke divisi perlengkapan di mana ia tidak bisa bertemu Kak Chris, Sari lesu. Kini ia harus mengangkut barang, semua jadi terasa sulit karena Sari jarang bergerak. Jin Cemplon membantu Sari belajar untuk beraktivitas fisik. Bekal makanan yang dibawa Sari membuat teman-temannya mengusulkan Sari untuk menjadi penggalang dana berjualan makanan dengan kesempatan bertemu Kak Chris lebih besar.

4) Episode 3

Jin Cemplon mengajak dan mengajari Sari berolahraga dengan benar. Sari berusaha menata hidupnya dengan melakukan apa yang Cemplon telah ajarkan. Makanan buatan Sari Laku keras dan mendapat pengakuan dari Kak Chris dan seluruh panitia. Beberapa bulan kemudian berat badan Sari menurun dan ia merasa lebih bertenaga. *Event* berjalan dengan sukses. Saat Sari ingin menyatakan perasaannya Kak Chris mengaku bahwa ia hanya memanfaatkan Sari untuk mencari dana *event* demi kepentingan popularitas dan prestasinya sendiri, Kak Chris memanfaatkan Bobi untuk menggantikannya sebagai ketua bayangan. Sari pun legowo, untuknya tampil menawan demi pengakuan orang lain sudah tidak penting, daripada sehat dan bahagia untuk diri sendiri. Bobi yang telah lama menyukai Sari mengatakan perasaannya, Sari menerimanya.

Tamat.

C. HASIL PERANCANGAN

1. Media utama



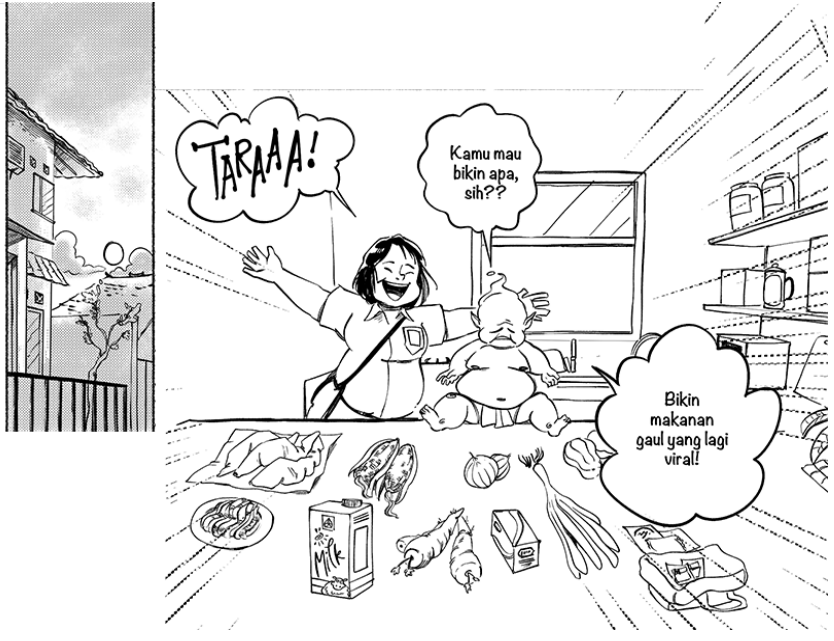
Gambar 1 Homepage



Gambar 2 Halaman depan intro

SARI VS LEMAK
Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini/
About this project



Gambar 3 Adegan sari memasak

SARI VS LEMAK
Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini/
About this project

Agar mendapat nutrisi seimbang atur asupan makanmu dengan piring model T ini!
Yaitu dengan membagi piring makanmu seperti huruf T
Kalau bisa gunakan piring yang rata untuk memudahkanmu

Jagung, Brokoli, Pak Choy, Seafood, Ayam, Ikan, Kacang, Telur, Nasi, Ubi, Oat, Olak, Roti, dll.

1. Serat=2x karbohidrat
Biar ga sembelit, suet gampang, dan tetap berenergi

2. Protein=karbohidrat
Protein bikin suket kenyang karena lebih lama dierna daripada karohidrat
Tapi mahal Tapi worth-it

3. Serat=protein + karbohidrat
Konsumsi sayur dan buah minimal setara jumlah protein + karbohidrat

4. Minyak sumber lemak sehat
2-4 sdt minyak seperti minyak zaitun, kedelai, kanola, dan lain-lain untuk menjaga kelancaran pembuluh darahnya
Hah? Kayak bikin salad mu, Ro Wuu!

Gambar 4 penjelasan langkah kampanye GENTAS

SARI VS LEMAK

Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini/
About this project

Atur makan aja nggak cukup, untuk menjaga badan tetap sehat kamu perlu melakukan

AKTIVITAS FISIK

Aktivitas ini banyak manfaatnya, lho! seperti memioui kreativitas dan mencegah stress

Aktivitas fisik dapat disesuaikan dengan kemampuan diri dan dibagi menjadi tiga bagian

1 Aktivitas fisik ringan bisa sambil nyangin!

balonku... ada... lima... rupa-rupa uumanga

2 Aktivitas fisik sedang bisa sambil nyangin tapi putus-putus

bah lon-koh... ah-dah... ah-ma... Kakaknya aku yang kedua, deh!

3 Aktivitas fisik Berat gabisa sambil nyangin!

bbb... 30-40%... bbb... ah... loh...

Ternyata semudah itu ya menjaga kesehatan, kopok harus repot-repot olahraga

Lha memangnya menurutmu olahraga itu bagaimana?

Mengerakkan rahang ke atas dan ke bawah di depan TV

Itu mah ngenil, dasar manusia

Gambar 5 Panduan aktivitas fisik

SARI VS LEMAK

Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini/
About this project

Saatnya melakukan langkah ke-3 yaitu:

LATIHAN FISIK YANG TERUKUR DAN TERATUR

Aaah tuh kaan olahraga! Malees!

Eits, latihan fisik banyak manfaatnya, loh!

Bikin gak cepet sakit

Jadi lebih produktif

Menjaga berat badan

Bikin mood jadi bagus

Latihan fisik baiknya mengikuti prinsip BBT alias..

B Baik: Sesuaikan dengan kondisi fisik, dilakukan di lingkungan yang sehat -aman-nyaman-tidak rawan cedera

B Benar: Dilakukan secara bertahap dari pemanasan, latihan inti, dan pendinginan

T Terukur: Mengukur intensitas dan waktu latihan

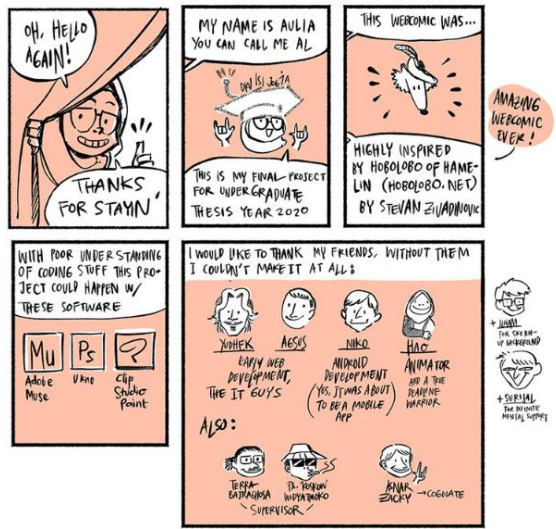
T Teratur: Latihan teratur 3-5 kali/minggu dengan selang istirahat

Gambar 6 Panduan latihan fisik

SARI VS LEMAK

Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini!
About this project



Gambar 9 Halaman 'tentang proyek ini'

SARI VS LEMAK

Intro
Intro a
Intro b
Intro c
Intro d
Episode 1
Episode 2
Episode 3

Tentang proyek ini!
About this project



Gambar 10 Profil penulis

2. Media pendukung

a. Kaos



Gambar 11 Kaos

b. Totebag



Gambar 12 Totebag

c. Topi



Gambar 13 Topi

d. Piring



Gambar 14 Piring

e. Botol stainless steel



Gambar 15 Botol *stainless steel*

f. Mug



Gambar 16 Mug

g. Katalog



Gambar 17 Katalog pameran

D. Kesimpulan

Meningkatnya penduduk Indonesia yang mengalami obesitas akan meningkatkan resiko terjangkit penyakit tidak menular. Penting bagi masyarakat terutama remaja untuk mulai menyadari pentingnya hidup sehat. Komik ini dibuat untuk mengkomunikasikan informasi dan materi dari kampanye GENTAS yang diselenggarakan oleh Kementrian Kesehatan. Komik ini dibuat agar pesan dalam kampanye tersebut dapat tersampaikan dengan cara yang lebih menarik dan fokus terhadap suatu *range* audiens.

Proses penyampaian informasi dalam cerita diusahakan menggunakan kata-kata yang umum didengar masyarakat. Gaya penulisan naskah yang menggunakan sudut pandang tokoh utama sebagai pencerita mencoba memberi contoh konkret kepada pembaca mengenai langkah-langkah pencegahan obesitas.

Storyline dalam komik ini telah mengalami banyak perubahan. Pada awalnya cerita dibuat cukup rumit dan fokus terhadap isu sosial dan kemiskinan yang menjadi faktor obesitas (menurut WHO) karena penulis sendiri cukup berminat dengan genre *slice of life*, namun cerita yang kompleks ini menjauhkan fokus utama pembahasan tentang obesitas dan tema cerita yang dirasa sulit diterima khalayak umum. Setelah itu cerita dibuat berbeda drastis dengan terinspirasi dari cerita yang diminati umum yaitu komedi dan romansa, penjelasan informasi kampanye dibuat sesingkat dan seinformatif mungkin.

Teknik visualisasinya menggunakan teknik full digital dengan *website* sebagai mediumnya. Pada awalnya sektsa, *concept art*, *storyboard* komik dan animasi, line art komik dan animasi, dibuat secara digital menggunakan iPad dengan software Clip Paint Studio. Kemudian animasi dirender menggunakan Adobe Photoshop, semua panel komik dan animasi disusun menjadi satu menggunakan Adobe Muse yang kemudian diexport menjadi html5, diunggah ke situs *web hosting*. Webkomik ini dibaca secara horizontal, panel komik akan

muncul ketika *mouse discroll* (setiap panel diberi efek *parallax*), beberapa objek dibuat bergerak (animasi) agar cerita semakin hidup dan secara visual lebih menarik.

Pada proses perancangan medium komik telah mengalami banyak perubahan, pada awalnya medium yang akan digunakan adalah situs pembuat *website* praktis seperti Wix, Squarespace, Wordpress, dan *website* yang lebih fokus terhadap *web design* seperti Figma dan Webflow namun tidak membuahkan hasil yang diinginkan. Kemudian mencoba mengunggah melalui *website* webkomik *Webtoon* namun gambar yang telah diunggah turun kualitasnya dan tidak dapat mengunggah format GIF untuk animasi. Kemudian komik dicoba dibuat menggunakan aplikasi Unity untuk kemudian diunggah dalam format aplikasi Android (dibaca melalui *handphone* atau tablet) namun terkendala waktu dan *bug* yang tidak dapat dituntaskan. Kemudian mencoba membuat di aplikasi Adobe Animate namun terkendala ilmu dan waktu yang belum cukup. Kemudian mencoba mengunggah langsung dengan *coding* manual namun setelah diunggah ke *web hosting* hasilnya tidak sesuai dengan ekspektasi, bukan *parallax* namun model *slideshow*. Akhirnya penulis dapat membuat *website* sesuai ekspektasi dengan aplikasi Adobe Muse kemudian mengunggahnya ke *web hosting*. Komik ini paling nyaman dibaca menggunakan PC atau laptop karena belum kompatibel untuk dibaca dengan gawai seperti *handphone* atau tablet, walaupun begitu komik ini tetap dapat dibaca pada gawai dengan koneksi internet cepat namun navigasinya belum nyaman dan beberapa tombol/ikon tidak dapat dijalankan.