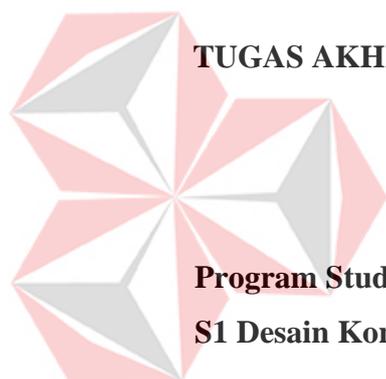




**PERANCANGAN MEDIA KAMPANYE SOSIAL *E-BOOK* ILUSTRASI
BERBASIS INFOGRAFIS SEBAGAI UPAYA MENCEGAH
ANOREKSIA NERVOSA PADA REMAJA USIA 15 - 18 TAHUN**



TUGAS AKHIR

Program Studi

S1 Desain Komunikasi Visual

UNIVERSITAS
Dinamika

Oleh:

Firdausin Awalia

18420100062

FAKULTAS DESAIN DAN INDUSTRI KREATIF

UNIVERSITAS DINAMIKA

2022

**PERANCANGAN MEDIA KAMPANYE SOSIAL *E-BOOK* ILUSTRASI
BERBASIS INFOGRAFIS SEBAGAI UPAYA MENCEGAH
ANOREKSIA NERVOSA PADA REMAJA USIA 15 - 18 TAHUN**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Program Sarjana Desain**



**UNIVERSITAS
Dinamika**

Oleh:

**Nama : Firdausin Awalia
NIM : 18420100062
Jurusan : S1 Desain Komunikasi Visual**

**FAKULTAS DESAIN DAN INDUSTRI KREATIF
UNIVERSITAS DINAMIKA**

2022

Tugas Akhir
PERANCANGAN MEDIA KAMPANYE SOSIAL *E-BOOK* ILUSTRASI
BERBASIS INFOGRAFIS SEBAGAI UPAYA MENCEGAH
***ANOREKSIA NERVOSA* PADA REMAJA USIA 15 - 18 TAHUN**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Firdausin Awalia

NIM: 18420100062

Telah diperiksa, diuji dan disetujui oleh Dewan Penguji

Pada: Jumat, 08 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing:

I. Dhika Yuan Yurisma, M.Ds., ACA.

NIDN: 0720028701

II. Darwin Yuwono, S.T., M.Med.Kom., ACA

NIDN: 0704017701

Penguji:

Karsam, MA., Ph.D.

NIDN: 0705076802

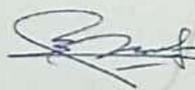
Digitally signed by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.21
21:17:26 +07'00'

Digitally signed by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.20
10:49:23 +07'00'

Digitally signed by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.19
14:36:20 +07'00'

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar Sarjana



Digitally signed by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.21
07:30:08 +07'00'

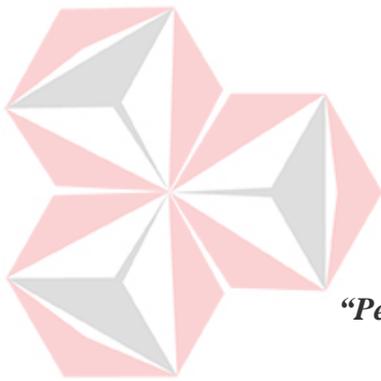
Karsam, MA., Ph.D.

NIDN: 0705076802

Dekan Fakultas Desain dan Industri Kreatif

UNIVERSITAS DINAMIKA

LEMBAR MOTTO



UNIVERSITAS
Dinamika
“Perjuangkan sesuatu yang layak, untuk diperjuangkan”

LEMBAR PERSEMBAHAN



UNIVERSITAS
Dinamika

“Untuk kedua orang tua saya, serta untuk orang-orang selalu memberikan dukungan”

SURAT PERNYATAAN
PERSETUJUAN PUBLIKASI DAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Sebagai mahasiswa Universitas Dinamika, Saya:

Nama : Firdausin Awalia
NIM : 18420100062
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Desain dan Industri Kreatif
Jenis Karya : Tugas Akhir
Judul Karya : Perancangan Media Kampanye Sosial *E-book* Ilustrasi Berbasis Infografis sebagai Upaya Mencegah *Anoreksia Nervosa* Pada Remaja Usia 15-18 Tahun

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Demi pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni, saya menyetujui memberikan kepada Universitas Dinamika Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas seluruh isi atau sebagian karya ilmiah saya tersebut di atas untuk disimpan, dialih mediakan dan dikelola dalam bentuk pangkalan data (*database*) untuk selanjutnya didistribusikan atau dipublikasikan demi kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Karya tersebut di atas adalah karya asli saya, bukan plagiat baik sebagian maupun keseluruhan. Kutipan, karya atau pendapat orang lain yang ada dalam karya ilmiah ini adalah semata hanya rujukan yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka saya.
3. Apabila dikemudian hari ditemukan dan terbukti terdapat tindakan plagiat pada karya ilmiah ini, maka Saya bersedia untuk menerima pencabutan terhadap gelar kersarjanaan yang telah diberikan kepada Saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 Juni 2022

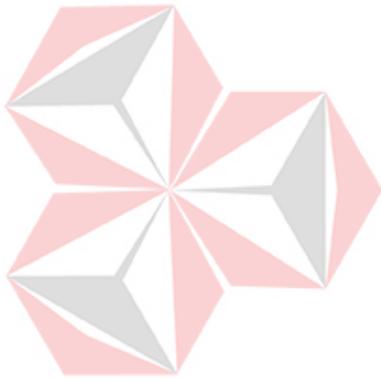


Firdausin Awalia
NIM. 18420100062

ABSTRAK

Gangguan pola makan di Indonesia masih sering dianggap suatu masalah yang besar salah satunya *Anoreksia Nervosa*. *Anoreksia Nervosa* adalah gangguan pola makan yang disebabkan oleh kesalahan dalam memandang berat badan yang ditandai dengan berat badan yang turun drastis akibat melakukan penurunan berat badan secara berlebihan. *Anoreksia Nervosa* paling rentan terhadap remaja usia dewasa awal karena pada usia tersebut dalam fase masa pencarian jati diri namun masih banyak yang belum menyadari adanya gangguan pola makan tersebut karena gejala dan ciri-cirinya tidak terlalu tampak. Maka dari itu adanya penelitian ini bertujuan untuk merancang media kampanye sosial *e-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif. Berdasarkan pada hasil penelitian dalam penelitian ini mendapatkan suatu *keyword empathy* untuk menentukan konsep perancangan karya.

Kata kunci: *Gangguan Pola Makan, Anoreksia Nervosa, Remaja*



UNIVERSITAS
Dinamika

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil alamin Puji syukur kepada Allah Subhanahu wat'ala, berkat rahmatNya, Peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir tentang “Perancangan Media Kampanye Sosial *E-book* Ilustrasi Berbasis Infografis Sebagai Upaya Untuk Mencegah *Anoreksia Nervosa* Pada Remaja Usia 15 - 18 Tahun”. Melalui kesempatan yang berharga ini, Peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu Peneliti dalam menyelesaikan Tugas Akhir, terutama kepada yang terhormat:

1. Kedua orang tua, serta keluarga besar yang terus menyemangati, membantu dan mendukung dalam menyelesaikan masa studi dan pengerjaan Tugas Akhir.
2. Prof. Dr. Budi Jatmiko, M.Pd selaku Rektor Universitas Dinamika.
3. Karsam, MA., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Desain dan Industri Kreatif Universitas Dinamika serta Dosen Penguji.
4. Dhika Yuan Yurisma, M.Ds., ACA selaku Ketua Program Studi S1 Desain Komunikasi Visual Universitas Dinamika serta dosen Pembimbing 1.
5. Darwin Yuwono, S.T., M.Med.Kom., ACA selaku dosen Pembimbing 2.
6. Setya Putri Erdiana, S.T., M.Ds. selaku dosen wali.
7. Terima kasih kepada Delicia Aprisda, Nur Afifah, dan Novianti Kusumaningrum yang sudah membantu dan menyemangati dalam proses tugas akhir ini.
8. Terima kasih kepada dosen-dosen Desain Komunikasi Visual Universitas Dinamika yang telah memberikan pembelajaran dan ilmu yang sangat berharga.
9. Dan semua pihak lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam kelancaran kerja dan proses penyelesaian laporan ini.

Semoga Allah SWT memberikan kemudahan dalam urusan di dunia maupun di akhirat kepada kita semua.

Surabaya, 7 Juli 2022

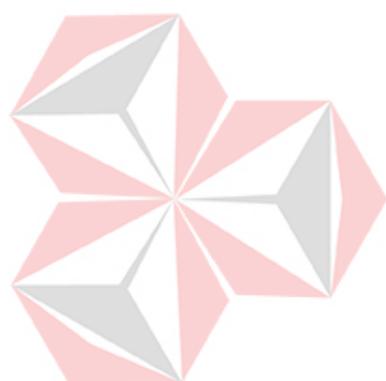
Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
2.1 Penelitian Terdahulu	7
2.2 Remaja	7
2.3 Masa Remaja	8
2.4 <i>Anoreksia Nervosa</i>	8
2.4.1 Gejala <i>Anoreksia Nervosa</i>	9
2.4.2 Bahaya <i>Anoreksia Nervosa</i>	10
2.4.3 Faktor Penyebab <i>Anoreksia Nervosa</i>	10
2.5 <i>E-book</i>	10
2.6 Ilustrasi	11
2.6.1 Fungsi Ilustrasi	11
2.7 Infografis.....	12
2.8 Kampanye Sosial	12
2.9 Warna.....	13
2.10 Tipografi	14
2.11 <i>Layout</i>	14
BAB III METODE PENELITIAN	16
3.1 Metodologi Penelitian.....	16
3.2 Unit Analisis	16
3.2.1 Objek Penelitian	16

3.2.2 Subjek Penelitian.....	17
3.2.3 Lokasi Penelitian.....	17
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	17
3.3.1 Observasi.....	17
3.3.2 Wawancara.....	18
3.3.4 Studi Literatur.....	18
3.4 Teknik Analisis Data.....	18
3.4.1 Reduksi.....	19
3.4.2 Penyajian.....	19
3.4.3 Penarikan Kesimpulan.....	19
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	20
4.1 Hasil Pengumpulan Data.....	20
4.1.1 Hasil Observasi.....	20
4.1.2 Hasil Wawancara.....	21
4.1.3 Studi Literatur.....	27
4.2 Hasil Reduksi Data.....	29
4.3 Hasil Penyajian Data.....	31
4.4 Kesimpulan.....	31
4.5 Konsep dan <i>Keyword</i>	32
4.5.1 Analisis Segmentasi, <i>Targeting</i> , <i>Positioning</i> (STP).....	32
4.5.2 Unique Selling Preposition (USP).....	33
4.5.3 Analisis SWOT.....	34
4.5.4 <i>Keyword</i>	35
4.5.5 Deskripsi <i>Keyword</i>	36
4.6 Konsep Karya.....	36
4.6.1 Konsep Perancangan Karya.....	36
4.6.2 Tujuan kreatif.....	36
4.6.3 Strategi Kreatif.....	36
4.7 Strategi Media.....	39
4.8 Implementasi Media.....	40
4.8.1 Media Utama.....	40
4.8.2 Media Pendukung.....	44

BAB V PENUTUP	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	49



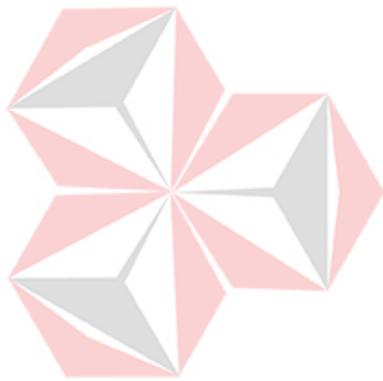
UNIVERSITAS
Dinamika

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Prevalensi Kasus Penderita Gangguan Makan di Jawa Timur.....	1
Gambar 2.1 Skema Warna	13
Gambar 4. 1 Wawancara Psikolog	22
Gambar 4. 2 Wawancara dengan Wali kelas 10 AKL	24
Gambar 4. 3 Wawancara dengan Ahli Gizi	25
Gambar 4. 4 Buku Psikologi remaja	28
Gambar 4. 5 Dokumentasi siswa SMKN 10 Surabaya	28
Gambar 4. 6 Warna	38
Gambar 4. 7 Font Poppins.....	38
Gambar 4. 8 Font Bakso Sapi	38
Gambar 4. 9 Sketsa Karakter	39
Gambar 4. 10 Sketsa Cover e-book.....	39
Gambar 4. 11 Sketsa media pendukung	40
Gambar 4. 12 Desain Karakter	40
Gambar 4. 13 Cover depan dan belakang	40
Gambar 4. 14 Desain layout isi pembuka buku	41
Gambar 4. 15 Desain layout buku halaman 2-7	41
Gambar 4. 16 Desain layout e-book halaman 8-9.....	42
Gambar 4. 17 Desain layout e-book halaman 11-12.....	42
Gambar 4. 18 Desain layout e-book halaman 10	43
Gambar 4. 19 Desain layout penutup e-book.....	43
Gambar 4. 20 Desain Poster	44
Gambar 4. 21 Desain X-banner.....	45
Gambar 4. 22 Desain Feed Instagram	45
Gambar 4. 23 Desain Gantungan Kunci	46
Gambar 4. 24 Desain Sticker	46

DAFTAR TABEL

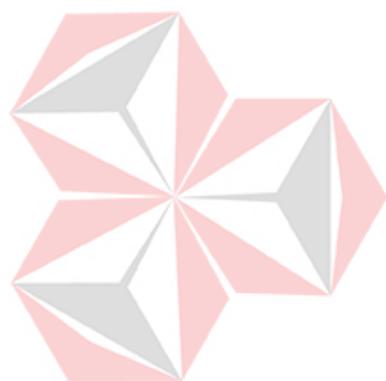
4. 1 Tabel SWOT	34
4. 2 Tabel Keyword.....	35



UNIVERSITAS
Dinamika

DAFTAR LAMPIRAN

a. Lampiran 1 Kartu Bimbingan	49
b. Lampiran 2 Kartu Seminar.....	50
d. Lampiran 3 Hasil Plagiasi	51
e. Lampiran 4 Biodata.....	52



UNIVERSITAS
Dinamika

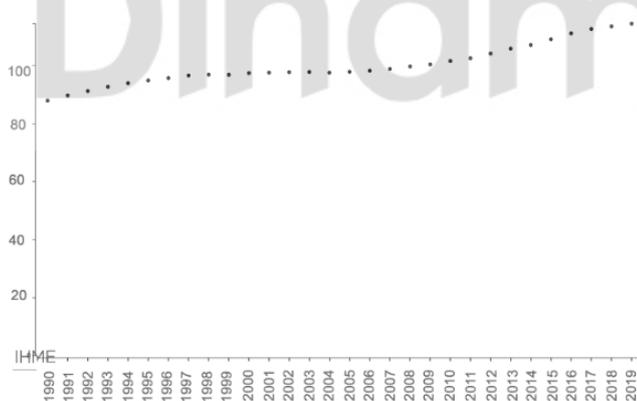
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada setiap tahun jumlah angka penderita gangguan pola makan terus meningkat. Masalah Gangguan pola makan di Jawa Timur masih dianggap bukan suatu masalah yang besar oleh masyarakat salah satunya yakni gangguan pola makan dengan jenis *Anoreksia Nervosa* hal tersebut dikatakan oleh salah satu Psikolog Tara Adisti de Thouars, BA, M.Psi yang telah melakukan sebuah penelitian pada tahun 2013, pada penelitiannya tersebut ia menemukan kasus penderita *Anoreksia Nervosa* sebanyak 32%. *Anoreksia Nervosa* merupakan salah satu gangguan kesehatan mental dalam gangguan pola makan yang disebabkan oleh kesalahan dalam mengendalikan berat badan sehingga seseorang yang mengalami *Anoreksia Nervosa* tersebut akan mengalami penurunan berat badan drastis dibawah normal akibat *mind-set* dalam dirinya sendiri bahwasanya akan menjadi sempurna apabila memiliki badan yang ideal bahkan kurus

Menurut Gabriela Angelika dan Stanislaus Kuntjoro, (2021) berdasarkan



Gambar 1.1 Prevalensi Kasus Penderita Gangguan Makan di Jawa Timur
(Sumber: vizhub.healthdata.org)

statistik dari *Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME)*, total jumlah penderita gangguan makan di Jawa Timur mencapai 41.605 kasus. Prevalensi jumlah penderita gangguan makan semakin meningkat di setiap tahunnya. Pada tahun 2019, rata-rata prevalensi penderita gangguan makan di Jawa Timur adalah 114,54 kasus per 100.000 penduduk.

Kota Surabaya adalah salah satu kota dengan jumlah penduduk terbanyak di Jawa Timur sehingga dapat memiliki potensi kasus penderita gangguan makan lebih banyak dibandingkan kota-kota lain di Jawa Timur.

Dikutip dari laman honestdoc menurut Dr. Scientia Inukirana (2020) pasien yang paling sering mengalami *Anoreksia Nervosa* tersebut adalah remaja dan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Ketika memasuki usia remaja, terlebih lagi masa pubertas. Dimana tahapan seorang remaja mulai mencari jati diri, sehingga remaja perempuan akan sangat lebih cemas jika berat badannya bertambah, karena mereka akan mengalami penambahan jaringan lemak sehingga hal tersebut dapat dengan mudah menyebabkan remaja perempuan menjadi lebih mudah untuk gemuk apabila makanan yang dikonsumsi mengandung banyak kalori yang tinggi (Hetty Krisnani, Meilanny Budiarti Santoso, dan Destin Putri, 2017).

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Kemenkes RI, 2015).

Masa pubertas merupakan waktu dimana remaja menghadapi masa krisis identitas sehingga tak jarang pada masa-masa tersebut kebanyakan dari remaja sedang mencari jati diri yang sesungguhnya, dimana remaja memiliki keinginan untuk menjadi seorang individu yang sempurna secara kepribadian, intelektual, dan yang paling utama adalah penampilan fisik.

Secara umum hampir setiap perempuan ingin memiliki tubuh yang ideal karena ketika memiliki tubuh yang langsing bahkan kurus akan membuat perempuan merasa cantik, karena hal tersebut sudah cukup melekat dalam standart kecantikan yang sudah tidak asing lagi terdengar dalam pemikiran masyarakat, dimana akan dianggap cantik apabila memiliki tubuh yang tinggi, memiliki kulit yang putih dan tubuh yang langsing. Demi untuk memiliki tubuh yang ideal, tak jarang remaja perempuan akan melakukan proses penurunan berat badan dengan cara yang salah bahkan dengan proses penurunan badan secara ekstrim yakni seperti dengan pola makan yang porsinya amat sedikit dengan tujuan agar penurunan berat badan tersebut secara drastis, padahal jika hal tersebut dilakukan secara terus-

menerus tanpa memperhatikan kondisi kesehatan tubuh akan dapat menyebabkan *Anoreksia Nervosa*.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti mengenai *Anoreksia Nervosa* kepada seorang psikolog Anissa Prasetyo melalui layanan psikologi klinis. *Anoreksia Nervosa* dikategorikan masuk dalam gangguan mental dalam gangguan pola makan, dalam perilaku makannya dan perilaku mengontrol berat badan.

Seseorang yang mengalami *Anoreksia Nervosa* tidak menyadari jika dirinya sedang mengalami gangguan pola makan tersebut karena mereka memiliki pemikiran atau *mind-set* sedang melakukan penurunan berat badan sehingga hal tersebut dirasa normal saja untuk mengkonsumsi makanan dengan jumlah porsi yang amat sangat sedikit, sehingga ketika tubuhnya menjadi kurus bahkan terlalu kurus, maka ia akan merasa senang dan bangga karena seolah-olah targetnya tercapai sesuai dengan keinginannya sehingga hal tersebut membuat penderita *Anoreksia Nervosa* enggan untuk berkonsultasi karena gejala pun kurang disadari.

Gejala awal dari *Anoreksia Nervosa* dapat bermula dari remaja ketika melakukan penurunan berat badan dengan cara yang salah dan akan terlihat pada saat dewasa awal ketika berat badannya benar-benar sangat kurang dibawah berat badan normal. *Anoreksia Nervosa* dapat menyebabkan gangguan mental seperti depresi, selain gangguan mental juga memiliki dampak terhadap kesehatan seperti masalah pada pencernaan, gangguan pada lambung juga hormon dalam tubuh dapat terganggu sehingga akan menyebabkan remaja perempuan tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan bahkan lebih.

Maka dari permasalahan tersebut perlu adanya edukasi untuk memberikan informasi dan solusi pada remaja usia 15 – 18 tahun karena remaja pada usia tersebut sedang berada dalam fase masa pencarian jati diri dimana ditandai dengan memperhatikan penampilan dan menghalalkan segala cara agar dapat dianggap menarik oleh lawan jenis sehingga dikhawatirkan hal tersebut dapat memicu gejala *Anoreksia Nervosa* khususnya pada remaja perempuan, sehingga sebagai penyelesaian dari masalah tersebut peneliti menggunakan *e-book* Ilustrasi berbasis Infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* terhadap remaja usia 15-18 tahun karena, masa remaja tersebut masih pada tahapan untuk memulai

penurunan berat badan agar tidak melakukan penurunan berat badan dengan cara yang salah sehingga tidak sampai mengarah pada gejala *Anoreksia Nervosa*.

Alasan peneliti *E-book* ilustrasi berbasis infografis dengan tujuan agar pesan yang ingin disampaikan dalam media kampanye sosial tersebut dapat diterima di khalayak khususnya pada remaja usia 15 – 18 tahun. Kampanye sosial adalah kegiatan mengkomunikasikan pesan kepada masyarakat tentang adanya beragam masalah sosial yang bersifat non komersil (Charles U. Larson, 1992).

Pada perancangan media kampanye sosial tersebut, peneliti akan menggunakan Teknik penataan es untuk pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja Usia 15 – 18 tahun tersebut peneliti akan lebih menekankan pesan untuk penerimaan dan mencintai diri sendiri dengan melakukan perubahan sewajarnya agar tidak berlebihan, juga untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya dari *Anoreksia Nervosa* melalui *E-book* ilustrasi berbasis infografis.

Menurut Nasrul Makdis (2020) pada penelitiannya yang berjudul Penggunaan *E-book* Di Era Digital, bahwa *E-book* bukan hanya tentang era digital itu sendiri ataupun gaya baru dari sebuah penerbitan sumber bacaan, tetapi juga untuk memudahkan manusia itu sendiri. Tujuan dari adanya *E-book* agar supaya khalayak dapat mengakses dengan mudah untuk menambah wawasan juga pengetahuannya, juga dapat menjadi lebih praktis dan mudah diakses kapan saja sehingga dapat dijangkau lebih luas lagi melalui alat elektronik seperti *smartphone*, laptop dan lain-lain. Selain itu juga sudah tidak asing lagi untuk remaja dalam mengakses *E-book* karena terbiasa dengan adanya pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi sehingga tidak menutup penggunaan *E-book* sudah sering diakses dalam pembelajaran.

Menurut Rohidi (1984) Ilustrasi dapat menjelaskan tentang makna dari sebuah tulisan sehingga bertujuan untuk membantu pembaca untuk memahami makna yang ingin disampaikan.

Menurut Nuning Kurniasih (2016) Infografis berasal dari kata *information* dan *graphics*, dimana infografis adalah visualisasi data, gagasan, informasi atau pengetahuan melalui bagan, grafis, jadwal dan lain-lain. Infografis memiliki tujuan agar informasi maupun pengetahuan dapat disampaikan dengan lebih dari sekedar

teks ataupun data, sehingga pembaca akan lebih mudah memahami pengetahuan maupun informasi dengan mudah.

Maka dari itu peneliti berusaha memberikan edukasi melalui media *E-book* ilustrasi dengan basis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun, karena Ilustrasi memiliki peran yakni dapat digunakan untuk memberi gambaran lengkap mengenai isi sebuah karya, Karena sebuah ilustrasi yang menarik akan membuat para pembaca penasaran halaman selanjutnya, Adanya penambahan ilustrasi dalam *E-book* tersebut agar pembaca lebih mudah memahami isi dalam *E-book* nantinya. Selain itu dalam *E-book* ini juga akan terdapat infografis yang bertujuan agar informasi atau pengetahuan dapat tersampaikan lebih dari sekedar teks ataupun data sehingga pembaca akan lebih mudah memahami pengetahuan maupun informasi lebih cepat dan mudah dipahami.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas yang telah dijelaskan oleh peneliti maka fokus dari penelitian ini adalah pada: bagaimana “merancang media kampanye sosial *E-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun”?

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini, yaitu:

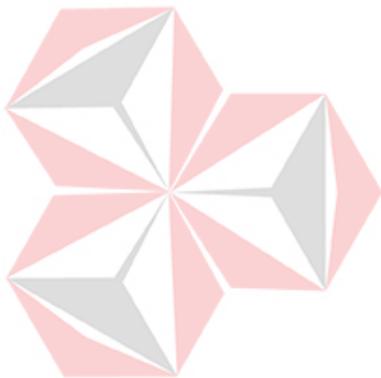
1. Merancang *E-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai media utama kampanye sosial sebagai upaya untuk pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 - 18 tahun.
2. Memfokuskan pada upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 - 18 tahun.
3. Segmentasi dari *e-book* ini adalah untuk remaja usia 15-18 tahun dengan menggunakan tehnik gambar visual yang diminati oleh para remaja untuk *E-book* ilustrasi mencegah *Anoreksia Nervosa*
4. Merancang media pendukung berupa *X-Banner*, *Poster*, *Feed Instagram*, *sticker*, dan *gantungan kunci*.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan perancangan *E-book* ilustrasi berbasis Infografis sebagai upaya untuk memperkenalkan dan memberikan edukasi yang informatif mengenai *Anoreksia Nervosa* dan bagaimana cara pencegahan *Anoreksia Nervosa* dengan menekankan pesan untuk penerimaan diri, serta cara menurunkan berat badan yang baik dan benar kepada para remaja dengan harapan agar mengurangi perilaku gangguan terhadap pola makan.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat yakni untuk memberikan edukasi terhadap remaja untuk mengenal gangguan pola makan *Anoreksia Nervosa*, serta untuk meningkatkan kesadaran remaja yang akan melakukan penurunan berat badan agar tidak terlalu berlebihan hingga mengarah pada *Anoreksia Nervosa*.



UNIVERSITAS
Dinamika

BAB II

LANDASAN TEORI

Landasan teori memiliki tujuan sebagai acuan dasar dalam memberikan solusi dari sebuah permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian serupa juga pernah dilakukan mahasiswa S1 Desain Komunikasi Visual Universitas Kristen Petra oleh Yovita Delarosa Dewanata pada tahun 2011 dengan judul “*Perancangan Buku Visual Poetry Tentang Anorexia*”. Dalam penelitian Tugas Akhir tersebut Yovita Delarosa Dewanata *Merancang Buku Visual Poetry* dengan tujuan sebagai salah satu sarana untuk memberikan gambaran tentang *Anorexia Nervosa*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jika dalam penelitian sebelumnya merancang buku dengan teknik pendekatan visual Poetry sebagai gambaran tentang *Anorexia Nervosa* yang akan dirancang melalui puisi-puisi singkat menjadi suatu rangkaian cerita. Dalam Penelitian ini perbedaannya terdapat pada teknik serta media yang akan digunakan, dimana peneliti kali ini membahas tentang *E-book* ilustrasi dengan basis infografis pengenalan *Anoreksia Nervosa* dan cara pencegahannya, seperti langkah untuk memulai diet yang aman dan menyenangkan dengan pola hidup sehat serta mengubah mindset untuk penerimaan diri sebagai media kampanye sosial untuk pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 - 18 tahun.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kualitatif. Dimana metode kualitatif dapat menyajikan data yang diperoleh secara langsung antara peneliti dan responden. Karena menggunakan metode penelitian kualitatif maka data yang akan diperoleh diharuskan lebih spesifik. Dalam melaksanakan penelitian ini peneliti menggunakan wawancara, observasi, dokumentasi, dan studi literatur sebagai sumber data.

2.2 Remaja

Pengertian remaja menurut Bahasa aslinya disebut *adolescence* dalam buku yang berjudul “*Psikologi Remaja*”, Bahasa tersebut memiliki arti lain yakni

adolescere yang berarti “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memiliki sudut pandang pada masa puber dan masa remaja tidak memiliki perbedaan dengan masa yang lain dalam rentang kehidupan (Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, 2018).

2.3 Masa Remaja

Remaja sebenarnya tidak memiliki tempat yang jelas. Karena sudah tidak masuk ke dalam golongan anak – anak, namun belum dapat diterima secara penuh ke dalam golongan orang dewasa, sehingga remaja memiliki tahapan yang seringkali disebut dengan masa remaja dalam fase pencarian jati diri sehingga remaja belum sepenuhnya menguasai atau menggunakan secara maksimal fungsi fisik dan psikisnya (Monks dkk., 1989).

Perubahan biologis tersebut dapat terjadi karena adanya faktor dimana remaja telah melalui masa pubertasnya. Masa pubertas pada remaja perempuan dimulai dari usia 8 tahun hingga 13 tahun ditandai dengan mulai tumbuhnya payudara, mengalami menstruasi untuk yang pertama kalinya, tumbuh rambut di area tertentu seperti ketiak dan kemaluan, dan pinggul mulai melebar. Sedangkan masa pubertas untuk laki – laki dimulai dari usia 10 tahun hingga 16 tahun ditandai dengan mulai tumbuh rambut pada sekitar wajah, terjadinya perubahan suara sehingga membuat suaranya menjadi lebih berat, mulai tumbuh jerawat di wajah maupun badan, mengalami mimpi basah dan mulai terbentuknya otot-otot pada tubuh (Putra Ananda, 2021).

2.4 Anoreksia Nervosa

Pengertian *Anoreksia Nervosa* menurut Townsend (dalam Ratnawati & Sofiah, 2012) *Anoreksia Nervosa* adalah sindrom klinis dimana seseorang mengalami rasa takut yang tidak wajar terhadap kegemukan. Hal ini dicirikan oleh distorsi dari bayangan tubuh, memikirkan secara berlebihan tentang makanan dan penolakan untuk makan.

Makna *Anoreksia Nervosa* menurut Bahasa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah kehilangan selera makan. Sedangkan definisi dari *Anoreksia Nervosa* adalah kesalahan memandang berat badan atau bentuk badan. Individu yang mengalami gangguan ini mengalami ketakutan yang amat sangat terhadap

kenaikan berat badan, sehingga cenderung melakukan penolakan berat badan normal sesuai umur dan berat badan (American Psychiatric Association dalam Ratnawati dan Sofiah, 2012).

Anoreksia Nervosa merupakan gangguan pola makan dengan cara membuat dirinya merasa tetap lapar (*self-starvation*). Biasanya terjadi pada remaja wanita yang tengah menginjak usia 15 – 18 tahun dimana mereka sedang duduk bangku SMA (Sekolah Menengah Atas) sederajat. Adapun tujuan mereka membuat dirinya lapar adalah agar mereka memiliki penampilan fisik yang ramping dan menarik perhatian lawan jenisnya. *Anoreksia Nervosa* yaitu sebuah gangguan makan yang ditandai dengan penolakan untuk mempertahankan berat badan yang sehat dan rasa takut yang berlebihan terhadap peningkatan berat badan akibat pencitraan diri yang menyimpang. Pencitraan diri pada penderita *Anoreksia Nervosa* dipengaruhi oleh bias kognitif (pola penyimpangan dalam menilai suatu situasi) dan memengaruhi cara seseorang dalam berpikir serta mengevaluasi tubuh dan makanannya (Hetty krisnani, Meilanny Budiarti Santoso, dan Destin putri, Desember 2017)

2.4.1 Gejala *Anoreksia Nervosa*

Gejala *Anoreksia Nervosa* dapat ditandai dengan berat badan tidak stabil atau bahkan kurang dari berat badan normal dan tidak seimbang dengan umur, postur serta tinggi tubuh (biasanya dapat mencapai 15% di bawah berat badan normal). Gejalanya dapat bermula dari remaja karena mengurangi berat badan sedikit demi sedikit dan baru terlihat pada saat dewasa awal ketika berat badannya menjadi sangat kurang dibawah normal.

Gejala penderita *Anoreksia Nervosa* dapat bermula dari remaja Ketika sedang mengurangi berat badan sedikit demi sedikit dan berujung berlebihan dalam mengurangi berat badannya tersebut sehingga akan terlihat ketika penderita beranjak memasuki usia dewasa awal ketika berat badannya sangat kurang dari ukuran berat badan normal. Gejala *Anoreksia Nervosa* dapat ditandai dari berat badan yang tidak stabil dan tidak seimbang dengan umur, postur, serta tinggi tubuh (biasanya mencapai 15% dibawah berat normal). Adapun gejala lain dari *Anoreksia Nervosa* yaitu seperti tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan berturut-turut (untuk wanita), tidak mau dan menolak makan di depan umum, sering merasa

gelisah, lemah, kulit menjadi kusam, nafas pendek-pendek, khawatir berlebih terhadap asupan kalori yang ia makan.

Namun gejala awal dari seorang penderita *Anoreksia Nervosa* pun kurang tampak karena penderita anoreksia cenderung melaparkan diri sehingga tidak semua orang menyadari gejala tersebut karena dirasa normal saja (Hetty krisnani, Meilanny Budiarti Santoso, dan Destin putri, Desember 2017).

2.4.2 Bahaya *Anoreksia Nervosa*

Tingkat *Anoreksia Nervosa* yang sudah sangat parah dapat menyebabkan rambut rontok, Hormonnya terpengaruh sehingga dapat menyebabkan remaja perempuan tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan, menyebabkan komplikasi seperti gagal ginjal, gagal jantung dan gangguan pencernaan) juga dapat menyebabkan kepadatan tulangnya berkurang sehingga mudah patah tulang bahkan resiko dari *Anoreksia Nervosa* tersebut dapat menyebabkan kematian (Anissa Prasetyo, 2022).

2.4.3 Faktor Penyebab *Anoreksia Nervosa*

Anoreksia Nervosa dapat disebabkan karena adanya faktor sosial seperti *bodyshaming* dan *bullying* sehingga akan sangat berpengaruh terhadap ketidakpuasan pada tubuh dan memicu individu melakukan penurunan berat badan secara berlebihan bahkan dengan cara yang tidak sehat sekalipun agar mencapai berat badan yang ideal seperti target yang diinginkan (Hetty krisnani, Meilanny Budiarti Santoso, dan Destin putri, Desember 2017).

2.5 *E-book*

Menurut Danang, (2009) *E-book* merupakan karya elektronik dari sebuah buku yang tercetak secara fisik sehingga dapat dibaca pada sebuah perangkat komputer atau *gadget* yang didesain khusus untuk dapat membaca *E-book*.

Seiring berkembangnya teknologi sebagai media salah satu langkah inovatif untuk meningkatkan sehingga dapat bersaing di tingkat global. Salah satu bentuk media yang mengimplementasikan perkembangan teknologi dan komunikasi dengan interaksi pengguna yang sedang dikembangkan saat ini adalah buku digital atau dikenal dengan *E-book* (Hartanti, 2013). Penggunaan *E-book* tersebut akan memudahkan pengguna dalam mengakses pada *gadget* dimanapun dan kapanpun.

2.6 Ilustrasi

Ilustrasi adalah sebuah kata yang berasal dari bahasa Belanda *illustratie* yang memiliki arti suatu hiasan dengan gambar. Secara terminologi ilustrasi merupakan suatu gambar yang memiliki fungsi sebagai sarana untuk menjelaskan suatu kejadian. Menurut Soedarso (1990) ilustrasi merupakan sebuah gambar yang melukiskan tujuan tertentu seperti contohnya pada cerita pendek.

Ilustrasi ini dapat menjelaskan tentang makna dari sebuah tulisan sehingga membantu pembaca untuk memahami makna (Rohidi, 1984). Ilustrasi memiliki peran yakni dapat digunakan untuk memberi gambaran lengkap mengenai isi sebuah karya. Karena sebuah ilustrasi yang menarik akan membuat para pembaca penasaran halaman selanjutnya, selain itu juga dapat memudahkan dalam memahami suatu tulisan. Serta memberi makna dari sebuah tulisan dimana dapat menjadi sebuah sarana untuk mengekspresikan ide atau pikiran melalui sebuah gambar yang akan dibaca secara menyeluruh.

2.6.1 Fungsi Ilustrasi

Ilustrasi memiliki beberapa fungsi diantaranya yakni:

1. Fungsi Deskriptif, yaitu digunakan sebagai menjabarkan makna dari sebuah
2. Tulisan yang panjang melalui sebuah gambar.
3. Fungsi Ekspresif yakni digunakan untuk mengekspresikan suatu ide atau gagasan melalui sebuah gambar.
4. Fungsi Analitis digunakan untuk mengekspresikan secara detail bagian – bagian suatu benda.
5. Fungsi Kualitatif, yakni pada umumnya berfungsi dalam pembuatan tabel, grafik, foto, simbol, gambar dan lain-lain.

2.7 Infografis

Pengertian infografis menurut Nuning Kurniangsih (2016) Infografis berasal dari kata *information* dan *graphics*, dimana infografis adalah suatu visualisasi data, gagasan, informasi atau pengetahuan melalui bagan, grafis, jadwal dan lain-lain. Infografis memiliki tujuan agar informasi maupun pengetahuan dapat disampaikan dengan lebih dari sekedar teks maupun data sehingga pembaca akan lebih mudah memahami pengetahuan maupun informasi lebih cepat dan mudah.

2.8 Kampanye Sosial

Menurut Charles U. Larson (1992) Kampanye sosial adalah kegiatan mengkomunikasikan pesan kepada masyarakat tentang adanya beragam masalah sosial yang bersifat non komersil.

Kampanye pada prinsipnya merupakan suatu proses dimana kegiatan komunikasi individu atau kelompok yang dilakukan secara terlembaga dan dengan tujuan untuk menciptakan suatu efek atau dampak tertentu (Lenny Novitasari, 2016). Kampanye merupakan suatu wujud tindakan komunikasi yang mencakup keseluruhan proses dan fenomena praktik kampanye yang terjadi pada lapangan. Setiap aktivitas kampanye komunikasi akan mengandung empat hal, yaitu tindakan kampanye yang ditujukan untuk menciptakan efek atau dampak tertentu, jumlah khalayak sasaran yang besar, dipusatkan dalam kurun waktu tertentu, dan melalui serangkaian tindakan komunikasi yang terorganisir (Venus, 2004: 7).

2.8.1 Teknik Kampanye Sosial

Menurut Ruslan (2002:65) Dalam Kampanye Sosial memiliki Teknik yang bertujuan agar suatu ajakan dalam suatu pesan dapat tersampaikan lebih efektif dalam kegiatan kampanye sosial. Maka dalam media kampanye sosial ini teknik yang akan digunakan yakni teknik penataan patung es atau yang disebut dengan *Icing Technique* karena Teknik tersebut merupakan salah satu Teknik dengan usaha dalam menyampaikan pesan atau suatu kampanye agar pesan yang akan disampaikan agar nyaman dilihat didengar, dibaca dan dirasakan. Teknik ini menyentuh sisi emosional *audience* sehingga dapat dikatakan teknik yang tepat untuk penelitian ini karena segmentasi *audience* yakni remaja khususnya perempuan dimana sisi emosional perempuan lebih rentan.

2.9 Warna

Warna merupakan salah satu elemen grafis yang paling kuat dan provokatif karena warna dapat berperan dalam segala aspek kehidupan manusia. Selain itu warna juga dapat mengkomunikasikan sebagai warna itu sendiri, warna sebagai representasi alam, warna sebagai lambang atau simbol, serta sebagai ekspresi. Warna adalah kesan yang ditimbulkan oleh cahaya pada mata. Warna merupakan salah satu bagian yang terpenting dalam pembuatan sebuah karya seni lukis, selain itu warna juga dapat digunakan namun, tidak demi bentuk akan tetapi demi warna itu sendiri, untuk mengungkapkan suatu keindahannya serta digunakan untuk mengekspresikan rasa secara psikologis (Sidik dan Prayitno, 1979: 7).

Dalam teori Brewster yang pertama kali dikemukakan pada tahun 1831, pada teori tersebut menyederhanakan warna-warna yang sudah ada menjadi 4 kelompok warna. 4 kelompok warna tersebut terdiri dari warna primer, sekunder, tersier dan warna netral. Dalam kelompok warna ini disusun dalam sebuah lingkaran warna oleh Brewster (Ridho Wijaya Putra, 2017).



Gambar 2.1 Skema Warna
(Sumber: Ridho Wijaya Putra – Definisi Warna)

1. Warna primer adalah warna dasar dimana menghasilkan warna itu sendiri sehingga tidak ada campuran dari warna-warna lain. Warna primer terdiri dari warna merah, biru dan kuning.
2. Warna sekunder merupakan hasil dari penggabungan dan pencampuran warna-warna primer dengan proporsi 1:1. Contohnya seperti jika warna merah dan biru digabungkan sesuai dengan proporsi maka akan menghasilkan warna ungu.

3. Warna tersier juga merupakan campuran salah satu warna primer dengan salah satu warna sekunder. Misalnya warna jingga kekuningan didapat dari pencampuran warna kuning dan jingga.
4. Warna netral merupakan hasil dari campuran ketiga warna dasar dalam proporsi 1:1:1. Warna ini sering muncul sebagai penyeimbang warna-warna kontras di alam. Biasanya hasil campuran yang tepat akan menuju hitam.

2.10 Tipografi

Menurut Adi Kusrianto (2010) tipografi adalah ilmu atau kemampuan menata huruf atau aksara yang digunakan untuk mempublikasi visual, baik secara cetak ataupun non cetak. Dengan harapan dengan menerapkan tipografi, maka pembaca bisa mendapatkan kesan tertentu serta merasa nyaman ketika membacanya. Tipografi tidak hanya menekankan penataan huruf, tetapi juga termasuk penyebaran huruf tersebut pada ruang yang tersedia.

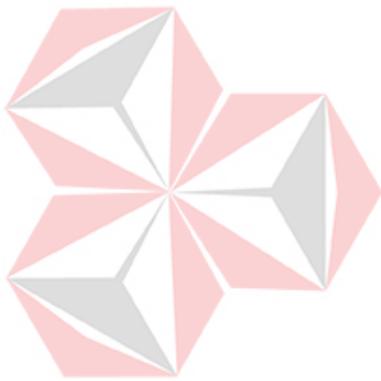
Menurut Ahmad Zainudin dalam buku Pengantar Tipografi (200), Huruf adalah salah satu bagian paling kecil dari komponen Bahasa tulis serta elemen yang paling mendasar dalam menciptakan sebuah kata ataupun kalimat, tidak hanya bertujuan untuk memberikan makna yang merujuk pada objek maupun gagasan. Namun juga dapat digunakan untuk menyuarakan suatu kesan dalam visual. Dalam ilmu tipografi, huruf diklasifikasikan menjadi 4 jenis huruf tersebut ialah:

1. *Serif* merupakan huruf yang pada setiap ujungnya memiliki tambahan garis kecil.
2. *Sans serif* ini merupakan kebalikan dari huruf *serif* karena tidak memiliki tambahan garis kecil pada setiap ujung hurufnya.
3. *Script* merupakan huruf dengan memiliki variasi *strokes* atau seperti goresan tinta yang dihasilkan layaknya seperti tulisan tangan.
4. *Decorative* merupakan jenis huruf yang dikembangkan dari bentuk yang sudah ada seperti ditambah hiasan, ornamen dan garis dekoratif.

2.11 Layout

Layout secara bahasa bermakna tata letak, sedangkan menurut istilah Layout adalah kegiatan yang dimana menyusun, menata, mengatur, dan

mengkombinasikan unsur-unsur komunikasi grafis meliputi, teks, gambar, bidang, dan elemen desain menjadi tampilan visual yang estetis, menarik, dan persuasif. MeLayout adalah susunan tata letak yang mengatur penempatan elemen desain pada sebuah media atau halaman untuk mencapai konsep yang terarah. Menurut Surianto Rustan, 2009) Layout merupakan tata letak dari elemen-elemen desain terhadap suatu bidang dalam media tertentu untuk mendukung konsep atau pesan yang dibuat. Layout juga dapat dikatakan baik ketika pesan-pesan yang akan disampaikan didesain agar dapat ditangkap dan dipahami pengguna. Penataan dari Layout juga harus dipetakan dengan benar dan terarah agar bagian-bagian yang diamati mudah dapat terima dengan cepat.



UNIVERSITAS
Dinamika

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metodologi Penelitian

Dalam merancang penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif. Menurut Moleong (2011: 6) Pendekatan kualitatif adalah proses penelitian yang digunakan untuk memahami suatu fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilakunya, persepsi, motivasi dan lain sebagainya secara menyeluruh dan dengan menggunakan deskripsi dalam bentuk kata-kata serta bahasa, pada suatu konteks yang khusus secara alamiah juga dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Sehingga dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan wawancara, observasi, dokumentasi, dan studi pustaka sebagai sumber data. Pendekatan wawancara tersebut digunakan untuk mendapatkan informasi secara akurat dengan narasumber di mana pada pendekatan ini dapat membantu peneliti dalam melihat langsung kejadian, aktivitas, dan proses secara detail.

3.2 Unit Analisis

Unit analisis adalah suatu satuan yang diteliti, dapat berupa individu, kelompok, benda atau suatu latar peristiwa dari sosial seperti misalnya aktivitas individu atau kelompok sebagai subjek penelitian (Hamidi, 2010: 95).

Unit analisis yang dipilih dalam perancangan ini adalah pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15-18 tahun adalah pencegahan anoreksia di kota Surabaya sebagai batasan pada subjek yang dikaji agar persoalan dari suatu masalah tersebut lebih tidak melebar pada persoalan yang jauh dengan subjek tersebut.

3.2.1 Objek Penelitian

Objek penelitian yang akan diteliti adalah pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun. Sehingga untuk mencari data dan informasi objek penelitian tersebut metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode kualitatif dengan melakukan wawancara kepada seseorang yang borkompeten pada bidangnya terkait *Anoreksia Nervosa* seperti Psikolog dan Ahli Gizi.

3.2.2 Subjek Penelitian

Subjek utama penelitian ini adalah Ahli gizi dan Psikolog untuk mendapatkan sumber informasi gambaran dari *Anoreksia Nervosa* dan cara pencegahan agar remaja usia 15 – 18 tahun tidak mengalami *Anoreksia Nervosa*.

3.2.3 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian akan dilakukan di SMKN 10 Surabaya untuk mendapatkan data-data lapangan dalam penelitian ini, penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Lokasi yang dipilih menjadi tempat untuk melakukan penelitian merupakan sumber utama untuk mendapatkan data karakteristik subjek penelitian seperti karakteristik dan aktivitas yang paling disukai remaja usia 15 – 18 tahun guna mendapatkan informasi yang valid untuk penyelesaian desain pada *e-book* pencegahan *Anoreksia Nervosa*.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Perlu adanya teknik pengumpulan data yang dilakukan sebagai pedoman yang sistematis dan terarah. Sehingga data yang didapat lebih optimal dan maksimal.

3.3.1 Observasi

Observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis pada unsur yang tampak dalam suatu gejala atau fenomena terhadap suatu objek penelitian (Sukandarrumidi 2006: 69).

Peneliti akan melakukan observasi secara langsung untuk mendapatkan data terkait kesadaran remaja akan bahaya dari *Anoreksia Nervosa*, selain itu observasi juga akan dilakukan untuk mengetahui karakter remaja usia 15 – 18 tahun di SMKN 10 Surabaya untuk mendapatkan data terkait kesadaran *Anoreksia Nervosa* pada remaja perempuan karena, di SMKN 10 Surabaya terdapat jurusan Akuntansi dan Perbankan sehingga dalam jurusan tersebut mayoritasnya adalah remaja perempuan selain itu juga, untuk menganalisis aktivitas yang paling disukai sebagai penyelesaian dari permasalahan dalam membuat desain untuk *E-book* nantinya. Observasi juga akan dilakukan pada Pusat Konsultasi dan Layanan Psikologi Universitas Surabaya untuk mendapatkan data terkait pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun.

3.3.2 Wawancara

Bentuk pengumpulan data kualitatif yang paling digunakan adalah metode wawancara. Wawancara merupakan suatu komunikasi yang dilakukan oleh individu dengan cara mengajukan berbagai pertanyaan dengan tujuan mendapatkan informasi tertentu (Sukardi, 2006).

Dalam pelaksanaannya, peneliti melakukan wawancara secara *daring* bersama Anissa Prasetyo seorang psikolog pada layanan Psikologi Klinis untuk mendapatkan informasi yang valid dan relevan dengan pertanyaan seputar mengenai *Anoreksia Nervosa* dalam sudut pandang psikologi melalui layanan psikologi klinis yakni Klee.id yang dilakukan secara online juga melakukan wawancara dengan Amaniyah Firdausi seorang Ahli Gizi untuk mendapatkan sumber informasi seputar *Anoreksia Nervosa* serta pencegahan dan solusinya seperti apa dalam Kesehatan.

3.3.4 Studi Literatur

Studi literatur akan digunakan untuk memudahkan peneliti dalam mencari referensi melalui buku dan jurnal yang membahas tentang penelitian serupa. Karena dengan banyaknya referensi maka akan memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian serta sebagai pedoman agar mudah berjalannya penelitian.

Peneliti menggunakan beberapa literatur seperti artikel, buku dan jurnal-jurnal yang berhubungan dengan ilustrasi, infografis, *Anoreksia Nervosa*, dan psikologi remaja. Sehingga pentingnya mencantumkan agar data yang didapatkan valid.

3.3.5 Dokumentasi

Dokumentasi menurut Sugiyono (2018) adalah suatu cara yang digunakan agar dapat memperoleh suatu data ataupun informasi dalam suatu bentuk seperti buku, arsip dan gambar yang bertujuan untuk mendukung suatu penelitian.

3.4 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses pengumpulan hasil penelitian yang dikelola atau diurutkan menjadi suatu uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema serta dapat merumuskan hipotesis kerja yang disarankan oleh data (Ismawati, 2009).

3.4.1 Reduksi

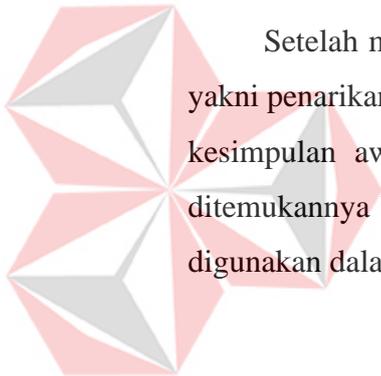
Proses reduksi merupakan proses ringkasan hasil penelitian yang telah dirangkum dengan cara memilih hal-hal pokok, dan memfokuskan pada hal terpenting dari beberapa data. Sehingga dari hasil reduksi ini dapat menguraikan gambaran yang lebih jelas, serta membantu dalam mempermudah proses penelitian.

3.4.2 Penyajian

Penyajian merupakan poses lanjutan setelah reduksi, yakni hasil reduksi disajikan melalui berbagai macam bentuk media seperti tulisan, gambar, grafik, dan tabel. Tujuan dari penyajian data yang telah diuraikan untuk mempermudah dalam menyampaikan informasi hasil reduksi lebih tertata, mudah dipahami, dan menghindari pemikiran bersifat subjektif.

3.4.3 Penarikan Kesimpulan

Setelah melalui proses reduksi dan penyajian, tahap akhir dari analisis data yakni penarikan kesimpulan. Kesimpulan dapat diambil beberapa tahap, mulai dari kesimpulan awal yang bersifat sementara dan dapat berubah seiring dengan ditemukannya bukti-bukti lainnya hingga mencapai kesimpulan akhir yang dapat digunakan dalam penelitian.



BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Pengumpulan Data

Berdasarkan dari hasil data yang telah peneliti kumpulkan dalam tahap penelitian melalui beberapa teknik pengumpulan data yakni observasi, wawancara, studi literatur dan dokumentasi. Sehingga menghasilkan sebuah data yang akan dianalisis kembali untuk mendapatkan hasil yang ingin dicapai untuk sampai pada tahap reduksi data, maka berikut hasil dari analisis data melalui teknik pengumpulan data.

4.1.1 Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 dan 31 Mei 2022 di SMKN 10 Surabaya guna untuk mengetahui karakteristik remaja usia 15-18 tahun juga mengamati apakah ada yang memiliki ciri-ciri akan terindikasi *Anoreksia Nervosa*.

Hasil pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti pada siswi SMKN 10 Surabaya dengan jurusan Akuntansi Keuangan Lembaga dimana mayoritas isi kelas dari jurusan tersebut merupakan remaja perempuan dengan karakteristik mengutamakan penampilan, karena hal tersebut dianggap merupakan suatu hal yang penting bagi mereka sehingga tidak jarang ada beberapa siswi yang ingin melakukan perubahan penampilan dengan melakukan penurunan berat badan, hal tersebut didasari oleh faktor diantara mereka menganggap memiliki pandangan akan pentingnya *body image* atau memiliki pandangan terhadap tubuh yang ideal.

Selain itu juga memiliki persepsi bahwasannya ketika melakukan penurunan berat badan hasil yang diinginkan harus instan dengan cara makan dengan jumlah porsi yang amat sangat sedikit bahkan terlalu membatasi jumlah kalori yang masuk pada tubuh bahkan hanya makan satu kali dalam sehari demi mendapat hasil yang instan sesuai dengan apa yang diinginkan yakni beranggapan satu hari berat badannya dapat turun sebanyak 10 Kg. Mereka juga sering kali merasa resah terhadap penampilan mereka sehingga tidak jarang mereka sering bercermin dan suka mengukur berat badan dengan

timbangan, dan pada akhirnya setelah melakukan kedua hal tersebut mereka sering merasa resah dan kurang puas terhadap apa yang ada pada diri mereka seperti merasa sedikit bersedih setelah melihat angka pada timbangan semakin bergeser ke kanan. Dari beberapa hal tersebut dapat disimpulkan dapat memicu gejala awal dari *Anoreksia Nervosa*.

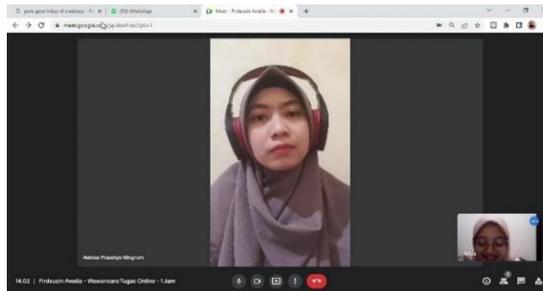
Namun sebagian siswi masih belum menyadari akan bahaya dari penurunan berat badan yang dilakukan secara berlebihan. Dimana jika hal tersebut dilakukan secara terus menerus dan dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan *Anoreksia Nervosa*. Namun, para siswi di SMKN 10 Surabaya masih banyak yang belum mengetahui mengenai apa itu *Anoreksia Nervosa* dan banyak yang tidak menyangka jika ada salah satu gangguan mental seperti *Anoreksia Nervosa* tersebut.

4.1.2 Hasil Wawancara

Wawancara juga salah satu teknik dilakukan oleh peneliti dengan tujuan agar memperoleh data yang valid dari beberapa narasumber terkait penelitian ini. Peneliti telah melakukan wawancara kepada beberapa narasumber sebagai subjek penelitian yakni beberapa narasumber yang berkompeten dalam bidangnya seperti Psikolog dan ahli gizi untuk mengetahui gambaran *Anoreksia Nervosa*. Selain itu juga mewawancarai salah satu wali kelas di SMKN 10 Surabaya untuk mengetahui karakteristik remaja usia 15-18 tahun. Tujuan dari wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti yakni agar mendapat sumber data dan informasi yang sebenar-benarnya sehingga dapat dipertanggung jawabkan.

A. Wawancara dengan Psikolog

Wawancara dilakukan dengan seorang psikolog di salah satu layanan psikologi klinis yakni dengan Annisa Prasetyo M. Psi, psikolog wawancara tersebut dilakukan secara daring.



Gambar 4. 1 Wawancara Psikolog

Menurutnya *Anoreksia Nervosa* dikategorikan termasuk gangguan mental dalam gangguan pola makan, entah dalam perilaku makannya, maupun perilaku dalam mengontrol pengurangan berat badan. *Eating Disorder* atau gangguan pola makan diklasifikasikan menjadi 3 jenis yaitu *Anoreksia Nervosa*, *Bulimia Nervosa* dan *Binge Eating Disorder*. Sebetulnya yang konsultasi kepada beliau lebih banyak mengalami *Bulimia Nervosa* karena ciri-ciri yang dialami oleh seorang penderita *Bulimia Nervosa* dapat terlihat secara tampak dan dapat dirasakan seperti memuntahkan Kembali makanan yang telah ia makan.

Sedangkan hal ini sedikit berbanding terbalik dengan *Anoreksia Nervosa* dimana ciri-cirinya kurang disadari oleh penderita *Anoreksia Nervosa* sehingga, dapat disimpulkan bahwa sebetulnya penderita *Anoreksia Nervosa* cukup banyak namun enggan untuk konsultasi dengan pihak yang berkompeten dalam penanganannya. Karena kurangnya kesadaran diri bahwa dirinya sedang mengalami *Anoreksia Nervosa*.

Sebab tercipta *mindset* melekat dalam dirinya ketika sedang menurunkan berat badan, sehingga memang dirasa menjadi sesuatu yang normal dan menjadi sesuatu yang wajar jika makan dengan jumlah porsi yang sangat sedikit. Sehingga ketika badannya menjadi kurus bahkan terlalu kurus. Ia akan merasa senang bahkan bangga karena merasa seolah-olah target yang ia impikan telah tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan, penderita *Anoreksia Nervosa* jika belum terlihat hingga tinggal tulangnya saja ia masih merasa belum puas bahkan bagian tubuhnya masih dianggap lemak semua hal tersebut berasal dari *mind-set* yang sudah melekat dalam pemikirannya sendiri, sehingga ia ketika melihat dirinya di depan cermin selalu merasa kurang, kurang dan selalu kurang. Sebetulnya tidak seluruh tubuhnya dianggap gemuk,

namun ia menyoroti beberapa bagian tubuhnya saja yang dianggap masih harus bisa dibuat lebih kecil (kurus) lagi.

Adapun beberapa faktor yang dapat memicu *Anoreksia Nervosa* tersebut yakni cukup kompleks. Faktor penyebabnya diklasifikasikan menjadi 3 yaitu faktor biologis, psikologi, dan sosial. Faktor biologis tersebut dapat berasal dari genetik atau berasal dari keluarga yang memiliki Riwayat gangguan pola makan, juga faktor sedang menurunkan berat badan sehingga terbiasa makan dengan porsi yang amat sangat sedikit. Faktor Psikologis juga dapat mempengaruhi penyebab *Anoreksia Nervosa* contohnya seperti *body-image* dimana ia memandang tubuh ideal harus seperti apa, kemudian *stress* juga termasuk salah satu faktor psikologis penyebab *Anoreksia Nervosa*. Dan yang terakhir yakni faktor dari lingkungan sekitar atau faktor sosial seperti *body shaming* dan *bullying*.

Rentan usia penderita *Anoreksia Nervosa* mayoritas usia dewasa awal atau pada usia sekitar 20 tahun awal, gejalanya dapat terjadi ketika ia masih remaja saat melakukan penurunan berat badan sedikit demi sedikit dan baru akan terlihat ketika ia dewasa saat berat badannya sudah sangat kurang bahkan jauh di bawah normal dan mayoritas penderitanya adalah perempuan. Karena perempuan cenderung lebih mengutamakan penampilan, lebih sensitif juga kesehatan mentalnya juga lebih rentan.

Gejalanya pun kurang tampak, karena setiap orang melupakan diri tidak semuanya menyadari hal tersebut. Gejalanya yang dialami setiap individu juga cukup berbeda-beda ada yang enggan untuk makan, ada yang masih mau makan namun, porsinya sangat sedikit, ada juga yang masih berkeinginan memasak makanan untuk keluarganya namun tidak ikut makan masakannya tersebut. Sehingga gejalanya tersebut sulit untuk terdeteksi karena tidak tampak.

Bahaya yang disebabkan oleh *Anoreksia Nervosa* juga cukup berbahaya karena dapat menyebabkan komplikasi penyakit seperti darah rendah, gangguan pencernaan, juga infeksi lambung. Selain itu juga dapat mengganggu hormon yang dapat menyebabkan tidak menstruasi selama 3 bulan bahkan lebih bagi perempuan, juga dapat menyebabkan kematian apabila sudah pada tingkatan *Anoreksia Nervosa* yang parah.

Maka upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa* tersebut akan sangat diperlukan sebagai edukasi terhadap remaja usia 15 – 18 tahun karena pada masa usia tersebut dalam fase penurunan berat badan.

B. Wawancara dengan Wali Kelas

Wawancara juga dilakukan dengan Dewi Veronica, S. Pd salah satu wali kelas jurusan Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 10 Surabaya.



Gambar 4. 2 Wawancara dengan Wali kelas 10 jurusan Akuntansi

Wawancara tersebut dilakukan dengan tujuan agar peneliti mendapatkan sumber data. Selain itu juga informasi yang valid mengenai ciri, perilaku dan karakteristik remaja usia 15 – 18 tahun ketika berada di kelas atau lingkungan sekolah.

Peneliti telah melakukan wawancara kepada salah satu wali kelas jurusan Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 10 Surabaya, beliau mengatakan bahwa perilaku dan karakteristik siswi yang diajar memang sedang dalam fase mencari jati diri karena masa-masa peralihan dari bangku SMP sehingga, pada fase ini mulai mengutamakan penampilan, seperti sering membawa cermin di kelas untuk bercermin, membawa sisir dan parfum. Dimana siswinya berusaha ingin mengubah penampilan semenarik mungkin agar dapat menarik lawan jenis salah satunya yakni dengan melakukan penurunan berat badan. Namun mereka banyak yang masih belum memahami bagaimana cara melakukan penurunan berat badan yang baik dan benar, karena tujuan yang ingin mereka capai hanyalah angka timbangan harus cepat turun secara instan.

Padahal cara penurunan berat badan yang salah tersebut akan berbahaya jika dilakukan secara terus-menerus, namun beberapa dari mereka masih banyak yang belum mengerti akan bahaya dari penurunan berat badan yang berlebihan dapat memicu *Anoreksia Nervosa*, karena memang belum pernah mendapat penyuluhan ataupun media edukasi, pun ibu vero sendiri masih belum mengetahui mengenai *Anoreksia Nervosa*. Sehingga menurutnya perlu adanya media edukasi tersebut agar remaja menyadari bahaya akan panorama berat badan yang dilakukan secara berlebihan, juga pengenalan tentang *Anoreksia Nervosa*.

C. Wawancara dengan Ahli Gizi

Menurut dari hasil wawancara peneliti dengan seorang ahli gizi Wawancara dengan seorang ahli gizi untuk mengetahui gambaran *Anoreksia Nervosa*. Wawancara dilakukan dengan Amaniyah Firdausi, S. Gz seorang ahli gizi yang bekerja di salah satu Puskesmas di Surabaya.



Gambar 4. 3 Wawancara dengan Ahli Gizi

Bahwasanya definisi *Anoreksia Nervosa* yakni gangguan pola makan yang dialami oleh seseorang yang biasanya ditandai dengan berat badannya sangat kurang, juga adanya ketakutan yang sangat berlebihan terhadap berat badan yang naik. Dampaknya cukup besar dalam Kesehatan karena mungkin untuk diagnosa awal seseorang mengalami *Anoreksia Nervosa* kemudian, menjadi jarang makan sehingga dampaknya akan sangat berpengaruh pada hal lain. Karena tubuh seseorang untuk tetap hidup harus membutuhkan nutrisi atau makanan.

Sehingga ketika nutrisi dalam tubuh seseorang tidak tercapai dengan baik maka, otomatis fungsi organnya tidak dapat bekerja dengan maksimal sehingga dapat menyebabkan gangguan dan apabila dibiarkan secara terus menerus kondisi tubuhnya akan menurun kesehatannya seperti jantung,

lambung, dan bahkan hormonalnya akan terganggu jadi memang dapat menyebabkan komplikasi penyakit yang sangat meluas.

Untuk cara penanganan *Anoreksia Nervosa* ini sebetulnya lebih ke gangguan mental sehingga, tentu saja yang harus dibenahi adalah pola pikirnya atau *mind-set*. Untuk membenahi pola pikir ini ranahnya ke psikolog seperti psikologi untuk terapi, kemudian jika berdampak pada Kesehatan maka harus mendapatkan penanganan medis karena, psikoterapis saja tidak cukup jika mengalami *mal-nutrisi*, harus ditangani oleh ahli gizi atau jika mengalami gangguan kesehatan lainnya maka harus mendapatkan perawatan dari dokter. Selama 2 tahun bekerja selama ini memang belum pernah menangani seorang pasien dengan diagnosa yang spesifik terindikasi *Anoreksia Nervosa*, namun memiliki kerabat yang pernah mengalami *Anoreksia Nervosa*. Jadi yang awalnya kondisi tubuhnya yang sehat *wal aflat*, kemudian, karena mengalami gangguan makan tersebut tubuhnya menjadi sangat kurus dan rambutnya menjadi sering rontok.

Selain itu juga menjadi sering sakit-sakitan seperti gangguan pada hormonalnya sehingga siklus haidnya menjadi tidak lancar dan teratur dan pada akhirnya ia harus mendapat penanganan dari dokter *obgyn* akan tetapi juga harus mendapatkan terapi dari psikolog untuk membenahi pola berfikir yang salah.

Peluang untuk kesembuhan *Anoreksia Nervosa* masih bisa kemungkinan sekitar 50% hingga 70% besar peluangnya. Namun, hal tersebut tidak instan karena, untuk menambah berat badan tidak bisa dilakukan hanya dengan 1-2 hari saja. Apalagi kalau pasien *Anoreksia Nervosa* dalam tingkatan yang sangat parah dan berat badannya sangat kurang, karena untuk merubah pola pikir yang salah seseorang juga tidaklah mudah, sehingga perlu adanya terapi yang dilakukan secara berkali-kali. Usia yang paling rentan terkena yakni remaja dan dewasa awal, karena memang sedang di fase pencarian jati diri, kemudian dari segi emosi juga masih belum stabil dan sempurna sehingga mudah terpengaruh, kurangnya edukasi mengenai *Anoreksia Nervosa* yang masih jarang dan masih belum meluas juga pada masa usia-usia tersebut masih belum memiliki pemikiran yang rasional terhadap bahaya *Anoreksia Nervosa*.

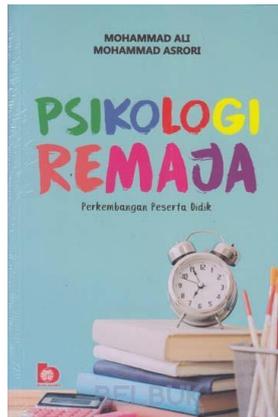
Seseorang yang mengalami *Anoreksia Nervosa* pada awalnya mungkin ingin melakukan penurunan berat badan karena merasa berat badannya sudah berlebihan dan hal tersebut juga kurang baik sebetulnya untuk kesehatan.

Namun ketika seseorang sudah memiliki berat badan yang sudah ideal namun selalu merasa masih kurang seperti selalu merasa gemuk hanya karena perasaan dan pemikirannya sendiri. Hal itu dapat dikategorikan *Anoreksia Nervosa* dengan memiliki tanda-tanda melakukan diet yang sangat ekstrim yang tidak disarankan oleh ahli gizi, dengan cara mengurangi makan dengan porsi yang sangat sedikit atau tidak makan sama sekali, atau dengan mengkonsumsi obat pencahar (obat diet) dan melakukan olahraga secara berlebihan. *Anoreksia Nervosa* dapat dicegah dengan memperbanyak pengetahuan berat badan yang ideal itu seperti apa, gizi yang baik itu bagaimana, kemudian memperbaiki circle pertemanan karena biasanya pola pikir seperti itu terpengaruhi dari lingkungan seperti mungkin ia pernah mengalami *bullying* atau terobsesi melalui sosial media karena ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal seperti idolanya (artis korea).

Selain itu juga perlu adanya edukasi mengenai *Anoreksia Nervosa* seperti apa gambarannya, tentang bahayanya dan bagaimana pencegahannya. Juga perlu adanya kalimat motivasi untuk mencintai diri sendiri agar tidak melakukan perubahan secara berlebihan demi menuruti keinginan dan egonya saja.

4.1.3 Studi Literatur

Berdasarkan pada hasil studi literatur yang digunakan oleh peneliti. Peneliti menggunakan buku dengan judul psikologi remaja karya Mohammad Ali untuk memahami karakteristik dan psikologi di usia remaja,



Gambar 4. 4 Buku Psikologi remaja

Selain itu peneliti juga menggunakan beberapa jurnal diantaranya jurnal Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berjudul “Gangguan Makan *Anorexia Nervosa* dan *Bulimia Nervosa* pada remaja” dimana dalam jurnal tersebut membahas segala hal terkait gangguan pola makan salah satunya yaitu *Anoreksia Nervosa* bagaimana gambarannya serta penanganan dan pencegahannya.

4.1.4 Dokumentasi

Berikut merupakan hasil dokumentasi peneliti sebagai tahapan proses pengumpulan data mengenai karakteristik remaja usia 15 – 18 tahun,



Gambar 4. 5 Dokumentasi siswa SMKN 10 Surabaya

serta bersosialisasi untuk mengetahui apakah mereka sudah mengetahui tentang *Anoreksia Nervosa* dan seberapa besar bahayanya, selain itu juga peneliti ingin mengetahui apakah terdapat siswi yang terjangkit gejala *Anoreksia Nervosa* atau tidak.

4.2 Hasil Reduksi Data

A. Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti di SMKN 10 Surabaya bahwasanya siswi SMKN 10 Surabaya masih banyak yang belum mengetahui seputar *Anoreksia Nervosa* namun beberapa diantaranya terdapat ciri-ciri yang mengarah pada gejala *Anoreksia Nervosa* seperti pandangan yang salah terhadap bentuk tubuh yang ideal itu harus kurus. Juga menganggap jika ingin melakukan penurunan berat badan harus makan dengan porsi yang sangat sedikit bahkan hanya makan sehari sekali. Sehingga perlu adanya edukasi terhadap mereka agar tidak sampai pada langkah yang salah.

B. Wawancara

Setelah melakukan wawancara dengan 3 narasumber tersebut sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya *Anoreksia Nervosa* merupakan salah satu gangguan pola makan yang disebabkan oleh persepsi yang salah terhadap memandang bentuk tubuh yang ideal, sehingga seseorang akan selalu merasa kurang karena pola pikir yang salah. *Anoreksia Nervosa* paling rentan terindikasi pada usia remaja 15 – 18 tahun dan dewasa awal dimana sedang mengalami fase pencarian jati diri dan selalu ingin tampil sempurna, dengan ciri-ciri selalu mengutamakan penampilan hal tersebut terbukti dari perilaku siswi di SMKN 10 Surabaya, memang untuk spesifik terdiagnosa *Anoreksia Nervosa* belum ada namun, beberapa diantaranya memiliki ciri-ciri yang mengarah pada *Anoreksia Nervosa*. Untuk penanganannya dilakukan bersinergi antara psikolog sebagai terapi dan ahli gizi sebagai upaya penyembuhan untuk kesehatannya. Sedangkan untuk pencegahan dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi terhadap remaja mengenai seputar *Anoreksia Nervosa* terkait pengertian dan bahayanya agar mereka mengetahui adanya gangguan pola makan tersebut sehingga tidak sampai mengarah kesana, selain itu juga adanya ajakan atau motivasi untuk mencintai dan menerima diri untuk tidak melakukan perubahan secara berlebihan sebagai upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa*.

C. Studi Literatur

Studi literatur yang digunakan oleh peneliti didapatkan dari buku dan jurnal dimana dalam buku “Psikologi Remaja” disebutkan bahwasanya pada masa remaja memang masa dimana individu dalam pencarian jati diri, emosi yang masih belum stabil dan sempurna serta masih belum mengetahui mana pilihan yang benar-benar baik untuknya atau bukan sehingga sering kali terjerumus pada keputusan yang salah. Sedangkan pada jurnal telah disebutkan *Anoreksia Nervosa* merupakan gangguan pola makan dimana individu terobsesi dengan tubuh yang ideal serta terobsesi dengan tubuh yang kurus, dan untuk mencapai hal tersebut ia melakukan perubahan secara berlebihan padahal masih banyak yang belum mengetahui dampaknya, dampaknya pun cukup besar karena dapat menyebabkan kematian. Untuk penanganannya juga tidak dapat dilakukan oleh salah satu bidang saja namun, cukup bersinergi seperti terapi psikolog dan dibantu dengan konsultasi dengan seorang ahli gizi untuk mengembalikan berat badan yang ideal. Masyarakat di Jawa Timur masih sering menganggap gangguan pola makan bukanlah sesuatu masalah yang besar karena kurangnya sosialisasi serta edukasi mengenai hal tersebut sehingga dapat menjadi salah satu faktor angka kasus gangguan pola makan meningkat pada setiap tahun.

D. Dokumentasi

Dokumentasi tersebut didapatkan ketika peneliti sedang melakukan observasi di SMKN 10 Surabaya yakni dengan berinteraksi dengan siswi jurusan Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 10 Surabaya. Dalam dokumentasi tersebut peneliti melakukan interaksi dengan para siswi untuk mengetahui apakah karakteristik remaja, serta mengamati apakah dari mereka ada yang mengalami ciri maupun gejala yang mengarah pada *Anoreksia Nervosa* atau tidak.

4.3 Hasil Penyajian Data

Pada reduksi data yang telah disebutkan seperti observasi, wawancara hingga dokumentasi sehingga peneliti mendapatkan data sebagai berikut:

1. Penderita *Anoreksia Nervosa* yang paling rentan terindikasi yakni usia 15 – 18 tahun dan dewasa awal karena adanya beberapa faktor.
2. Faktor penyebab *Anoreksia Nervosa* juga cukup kompleks seperti faktor biologis hingga faktorsosial, namun yang paling sering dijumpai yakni faktor sosial seperti *bullying* dan *bodyshaming*.
3. Kurangnya edukasi ataupun sosialisasi kepada masyarakat tentang gangguan pola makan salah satunya seperti *Anoreksia Nervosa*.
4. Pencegahan *Anoreksia Nervosa* dapat dilakukan dengan menanamkan dan memberi motivasi mengenai penerimaan dan mencintai diri, selain itu yang terpenting yakni perlu adanya media edukasi terhadap remaja mengenai seputar *Anoreksia Nervosa*.
5. Menggunakan media *e-book* dengan tujuan memberikan edukasi serta adanya suatu pesan yang ingin disampaikan agar dapat menarik perhatian dan dapat dijangkau lebih luas serta memiliki akses yang mudah digunakan.
6. Menggunakan ilustrasi dengan jenis visual dan warna yang paling banyak diminati oleh remaja agar dapat menarik perhatian.

4.4 Kesimpulan

Peneliti telah melakukan beberapa tahapan analisa data seperti reduksi data observasi hingga penyajian data yang telah dikumpulkan, sehingga dari beberapa tahapan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwasanya usia remaja merupakan usia yang paling rentan mengalami *Anoreksia Nervosa* sehingga perlu adanya media edukasi mengenai seputar *Anoreksia Nervosa* agar tidak sampai mengarah pada gangguan pola makan tersebut. Media tersebut dalam bentuk *e-book* ilustrasi dengan basis infografis sebagai upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa* terhadap remaja usia 15 – 18 tahun dimana pada usia tersebut sudah tidak asing dan kesulitan untuk mengakses *e-book* karena pembelajaran di sekolah pun juga beralih pada media tersebut.

4.5 Konsep dan *Keyword*

Dalam menyusun konsep dan keyword tahap pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah menganalisis STP, USP dan SWOT agar memudahkan dalam menemukan konsep serta *keyword* sebagai tahapan untuk penyelesaian karya.

4.5.1 Analisis Segmentasi, *Targeting*, *Positioning* (STP)

A. *Segmentasi*

1. Geografis

- a. Negara : Indonesia
- b. Teritorial : Jawa Timur
- c. Distrik : Surabaya
- d. Kepadatan Populasi : Kota besar

2. Demografis

- a. Usia : 15 – 18 tahun
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- c. Pendidikan : SMA/SMK sederajat
- d. Profesi : Pelajar

3. Psikografis

Remaja usia 15-18 Tahun yang menyadari akan pentingnya kesehatan tanpa mengesampingkan penampilan dengan melakukan perubahan untuk dirinya dengan tidak berlebihan, juga berkeinginan untuk mencegah Anoreksia Nervosa. Selain itu juga remaja yang tidak asing dengan pengaplikasian e-book sebagai media untuk mendapatkan wadah informasi mengenai bahaya dan pencegahan sebelum Anoreksia Nervosa menjangkit remaja usia 15 – 18 tahun.

B. *Targeting*

Dalam penelitian ini peneliti menekankan target sarannya kepada remaja usia 15 – 18 tahun yang masih belum mengetahui tentang *Anoreksia Nervosa*, gejala, ciri-ciri dan seberapa besar bahaya yang disebabkan oleh *Anoreksia Nervosa*. Selain itu juga khususnya untuk para

remaja khususnya pada remaja perempuan yang berusia 15 - 18 tahun yang menyadari bahwa betapa pentingnya kesehatan dalam dirinya.

C. *Positioning*

E-book ilustrasi ini nantinya dijadikan sebagai media untuk membantu memberikan informasi sebagai edukasi seputar *Anoreksia Nervosa* dan pencegahannya, juga menjadi media kampanye sosial agar dapat menarik perhatian *audience* yakni remaja usia 15 – 18 tahun. Juga memiliki tujuan agar meningkatkan kesadaran pentingnya edukasi kepada masyarakat akan bahaya gangguan pola makan seperti *Anoreksia Nervosa* agar tidak dianggap suatu masalah yang remeh.

4.5.2 Unique Selling Proposition (USP)

Unique Selling Proposition merupakan suatu tahap dimana terdapat suatu keunikan dari sebuah karya yang dirancang. Sehingga hal tersebut dapat meningkatkan rasa ketertarikan terhadap target pasar melalui karya yang telah dirancang tersebut. Dalam perancangan ini memiliki keunikan yaitu media kampanye sosial dalam bentuk *e-book* ini memiliki visual berupa ilustrasi yang menggunakan teknik dalam kampanye sosial yaitu teknik penataan patung es, teknik tersebut bertujuan untuk menyentuh sisi emosional *audience*, selain itu juga terdapat infografis agar *audience* lebih mudah memahami informasi juga pesan dalam *e-book* sebagai upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa*.

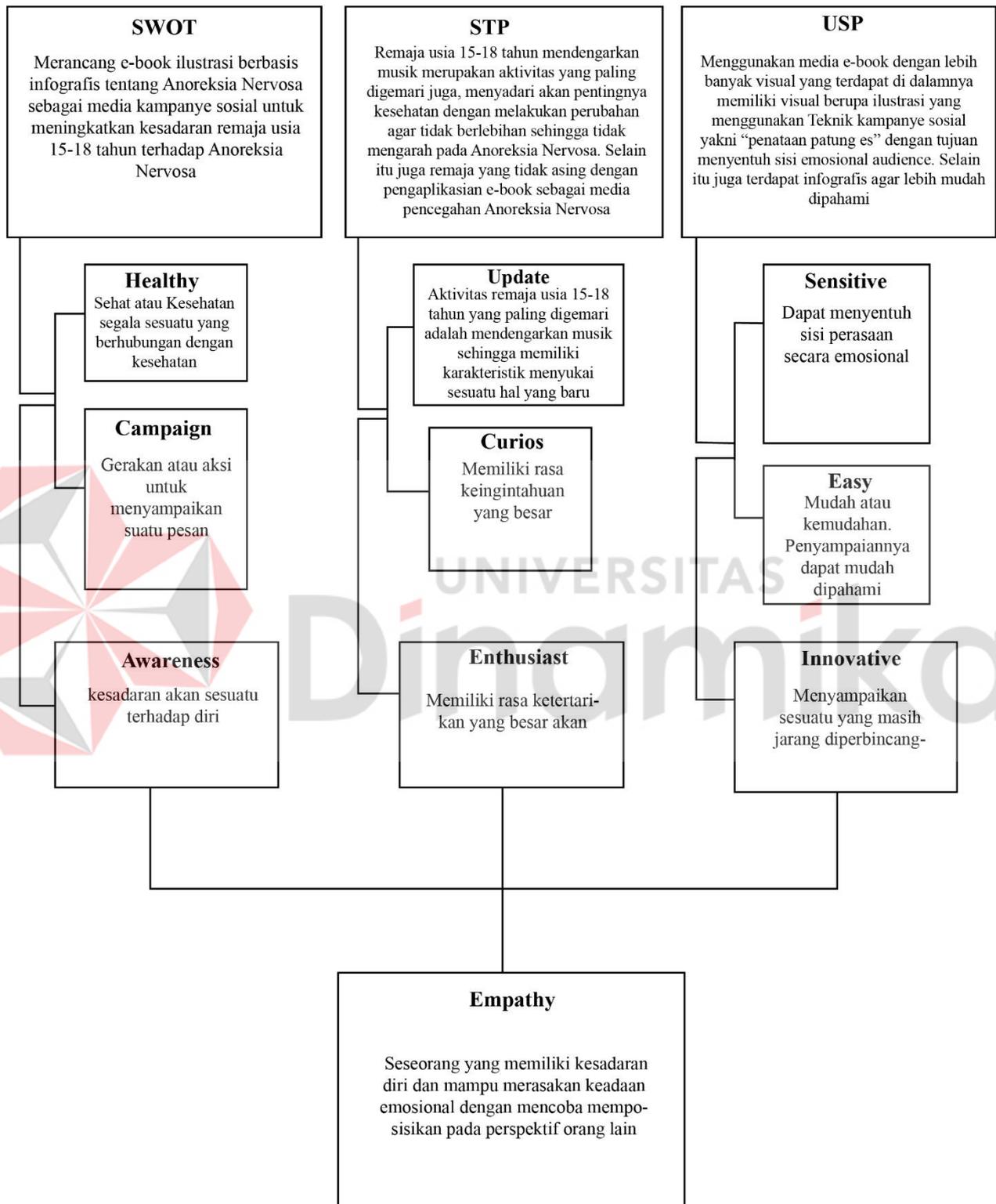
4.5.3 Analisis SWOT

4. 1 Tabel SWOT

		<i>Strengths</i>	<i>Weaknesses</i>
		Faktor Internal (S-W)	<ul style="list-style-type: none"> - Dapat menjadi media edukasi terhadap para remaja mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i>. - Menjadi media kampanye sosial sebagai ajakan untuk meningkatkan kesadaran diri agar tidak melakukan perubahan diri secara berlebihan untuk meminimalisir adanya <i>Anoreksia Nervosa</i>
		<i>Opportunities</i>	<i>W-O</i>
		Faktor Eksternal (O-T)	<ul style="list-style-type: none"> - Media edukasi mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i> masih jarang ditemukan - Media edukasi pada ruang lingkup Pendidikan sudah beralih pada media digital seperti <i>e-book</i> - Instagram salah satu platform yang dapat digunakan sebagai media pendukung kampanye sosial karena sering diakses oleh remaja
		<i>Threats</i>	<i>W-T</i>
		<ul style="list-style-type: none"> - Masih banyak remaja juga masyarakat yang belum mengetahui <i>Anoreksia Nervosa</i> - Remaja kurang tertarik dengan media edukasi yang cara penyampaian yang terlalu banyak literasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Menyampaikan materi seputar <i>Anoreksia Nervosa</i> melalui media <i>e-book</i> ilustrasi yang diminati oleh remaja dengan tujuan agar remaja lebih tertarik dengan penyampaian materi tersebut
<p>Strategi Utama: Merancang <i>e-book</i> ilustrasi berbasis infografis tentang <i>Anoreksia Nervosa</i> sebagai upaya mencegah <i>Anoreksia Nervosa</i>, juga media kampanye sosial untuk meningkatkan kesadaran kepada remaja terhadap bahaya dan pencegahan <i>Anoreksia Nervosa</i>.</p>			

4.5.4 Keyword

4. 2 Tabel Keyword



4.5.5 Deskripsi Keyword

Berdasarkan hasil dari pengolahan analisa data melalui SWOT, USP, dan STP maka dapat disimpulkan untuk keyword yang didapatkan adalah Empathy. Empathy memiliki arti empati yang memiliki makna seseorang atau sesuatu yang memiliki kesadaran diri dan mampu merasakan keadaan emosional dengan mencoba memposisikan diri terhadap sisi perspektif orang lain. Maksud dari *keyword empathy* tersebut dalam perancangan ini bertujuan untuk menanamkan kesadaran diri akan bahaya dari Anoreksia Nervosa juga menanamkan rasa empati dan turut serta berpartisipasi secara antusias untuk memahami materi gambaran dari Anoreksia Nervosa serta dalam upaya pencegahannya.

4.6 Konsep Karya

4.6.1 Konsep Perancangan Karya

Konsep perancangan karya merupakan suatu rangkaian dalam suatu perancangan berdasarkan pada konsep yang telah ditentukan melalui keyword. *Keyword* tersebut telah ditentukan melalui Analisa STP, USP, SWOT sebelumnya.

4.6.2 Tujuan kreatif

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai bahaya *Anoreksia Nervosa* serta pencegahannya, selain itu juga meningkatkan kesadaran pada remaja usia 15-18 tahun untuk tidak melakukan perubahan diri secara berlebihan.

4.6.3 Strategi Kreatif

Perancangan *e-book* ini nantinya akan dibuat semenarik mungkin dengan target *audience* pada penelitian ini yakni remaja 15-18 tahun, sehingga informasi maupun materi pada *e-book* yang disampaikan akan dapat lebih mudah dimengerti. Sehingga pada strategi kreatif dalam penelitian ini diperlukan beberapa hal sebagai berikut:

1. Jenis buku : *E-book* ilustrasi dengan Infografis
2. Ukuran : 21 x 29.7

3. Jenis *Layout*

Layout yang digunakan oleh peneliti pada perancangan ini menggunakan jenis *picture window layout* dan *multi panel layout*.

4. Judul

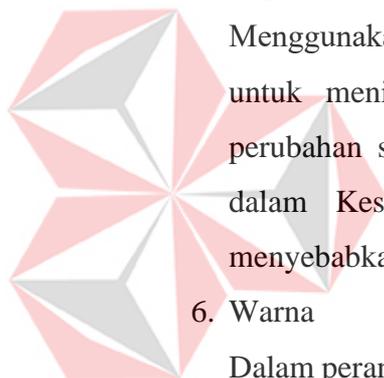
Judul yang digunakan pada perancangan *e-book* ilustrasi dengan basis infografis sebagai mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun yaitu “(Am I?) *I am Enough*”. Judul pada *e-book* ini terdapat coretan pada “Am I”, dengan maksud agar tidak mempertanyakan lagi apakah tokoh utama pada *e-book* ini perubahan dirinya sudah cukup atau belum, dimana kalimat selanjutnya pada judul yakni *I am Enough* yang memiliki arti bahwa dirinya sudah cukup tanpa perlu melakukan perubahan lebih lagi serta, judul tersebut memiliki makna dimana seseorang telah menerima dirinya dan sudah merasa cukup.

5. Tagline

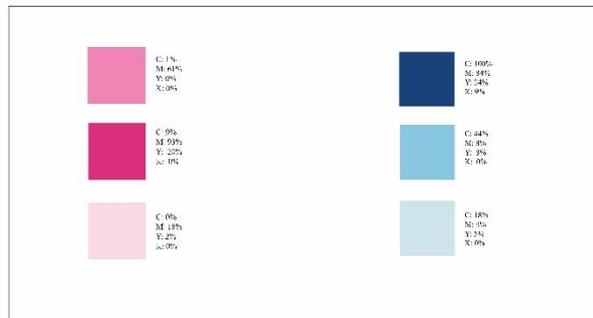
Menggunakan tagar “Cantik itu Sehatmu” pada sosial media dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran diri pada remaja agar tidak melakukan perubahan secara berlebihan karena akan menyebabkan dampak yang besar dalam Kesehatan seperti dampak dari *Anoreksia Nervosa* yang bisa menyebabkan kematian

6. Warna

Dalam perancangan *e-book* ini *keyword* yang telah ditentukan oleh peneliti yaitu “*empathy*” sehingga untuk penentuan warna berdasarkan psikologi warna yang paling tepat yaitu warna biru. Menurut Monica (2011), warna biru memiliki makna kesedihan sehingga menjadi warna yang tepat untuk *keyword* tersebut, dimana empati merupakan kemampuan individu untuk merasa iba terhadap



perasaan yang dialami seseorang, sedangkan warna pink memiliki kesan feminin karena target *audience* dari *e-book* ini merupakan remaja perempuan.



Gambar 4. 6 Warna
(Sumber: Olahan Peneliti, 2022)

7. Tipografi

Pada perancangan *e-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15-18 tahun ini peneliti menggunakan jenis huruf sans serif. Pemilihan jenis huruf tersebut memiliki tujuan yaitu agar lebih mudah terbaca ketika disajikan dalam *e-book*. Sehingga peneliti menggunakan font Bakso Sapi dan Poppins untuk penyajian *e-book*.



Gambar 4. 8 Font Bakso Sapi

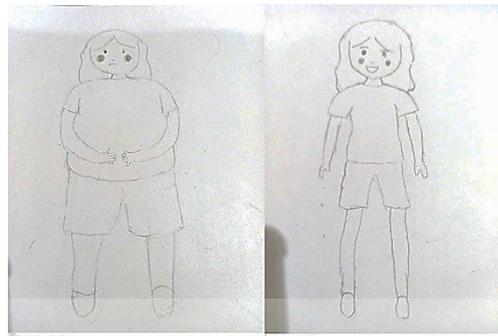


Gambar 4. 7 Font Poppins

4.7 Strategi Media

Pada perancangan ini media utamanya adalah *e-book* sebagai media edukasi mengenai *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun. Selain itu juga dibantu oleh media pendukung seperti poster, *x-banner*, *feed Instagram*, sticker, dan gantungan kunci

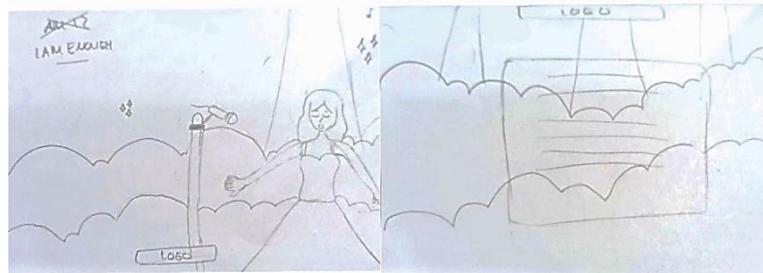
1. Sketsa Karakter



Gambar 4. 9 Sketsa Karakter

Sketsa merupakan 1 karakter dengan 2 versi karena pada cerita sinopsis *e-book* dimana ia memiliki badan yang cukup gemuk kemudian melakukan penurunan berat badan dan berhasil.

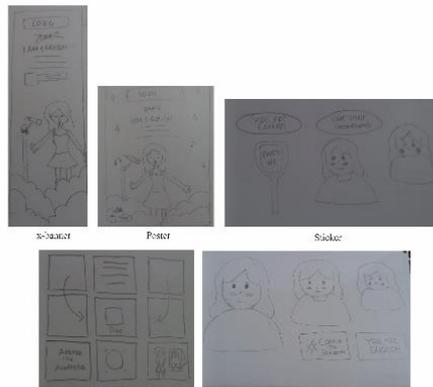
2. Sketsa Cover depan dan belakang



Gambar 4. 10 Sketsa Cover *e-book*

Desain *cover* depan pada *e-book* ini terdapat tokoh utama yang menggambarkan dia telah mencapai keinginannya serta terdapat sedikit deskripsi kisah toko. Sedangkan untuk desain *cover* belakang terdapat logo Universitas Dinamika, Fakultas Desain dan Industri Kreatif dan logo DKV sebagai identitas pendukung media kampanye sosial dalam bentuk *e-book* tersebut.

3. Sketsa Media Pendukung



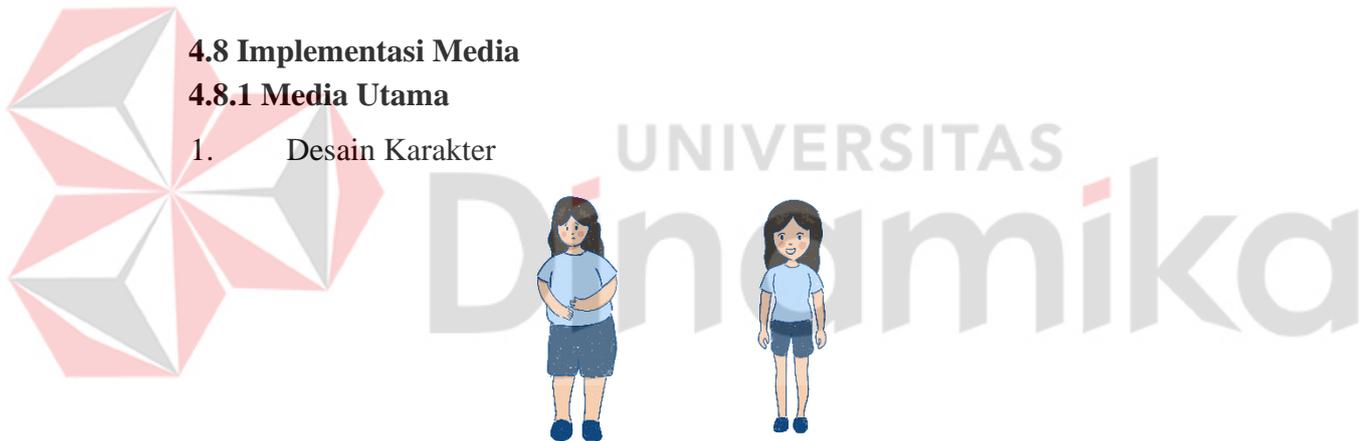
Gambar 4. 11 Sketsa media pendukung

Media Pendukung yang digunakan oleh peneliti berupa poster, x-banner, feed instagram, gantungan kunci, dan sticker dengan ilustrasi dan kalimat motivasi yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja usia 15-18 tahun.

4.8 Implementasi Media

4.8.1 Media Utama

1. Desain Karakter



Gambar 4. 12 Desain Karakter

2. Cover depan dan belakang



Gambar 4. 13 Cover depan dan belakang

3. Desain *Layout* dan Pembuka



Gambar 4. 14 Desain layout isi pembuka buku

Bagian awal *e-book* terdapat kata pengantar, pembuka dengan sinopsis cerita tokoh utama, selain itu juga terdapat daftar isi untuk mengetahui bagian setiap halaman dalam buku kemudian dilanjut oleh pengenalan tokoh utama yaitu Arabella gadis berusia 17 tahun dengan aktivitas yang paling disukai adalah bermusik, sehingga terdapat ilustrasi seorang gadis yang sedang mendengarkan music dengan *headphone*.



Gambar 4. 15 Desain *layout* buku halaman 2-7

Selanjutnya mulai memasuki cerita inti dimana Arabella atau tokoh utama selalu mendapat hinaan karena memiliki tubuh yang gemuk namun berkeinginan untuk menjadi penyanyi. Hingga pada suatu hari ia menemukan sebuah audisi

musik pada sosial media, namun ia merasa pesimis karena memiliki tubuh yang gemuk sehingga tidak sesuai dengan syarat yang telah ditentukan audisi tersebut. Namun, ia tidak menyerah begitu saja dan ia mulai mencari cara agar bisa kurus



Gambar 4. 16 Desain layout e-book halaman 8-9

namun ia mendapati cara yang salah karena terlalu berlebihan dalam melakukan proses menurunkan berat badan tersebut dan pada akhirnya ia mendapatkan banyak pujian dari orang sekitarnya. Pada halaman selanjutnya ia berhasil membuktikan bahwa ia bisa berubah dan memiliki tubuh yang ideal.

Namun, entah kenapa ia selalu merasa tubuhnya kurang kurus dan setiap melihat cermin ia selalu merasa gemuk hingga membuatnya cemas dan mengganggu harinya.



Gambar 4. 17 Desain layout e-book halaman 10

Halaman selanjutnya menunjukkan Arabella memutuskan untuk berkonsultasi dengan seorang psikolog secara virtual, dan hasil dari berkonsultasi tersebut ia terdiagnosa *Anoreksia Nervosa*.



Gambar 4. 18 Desain layout *e-book* halaman 11-12

Pada halaman 11-12 pada *e-book* terdapat edukasi mengenai gambaran dan pengertian *Anoreksia Nervosa* serta pencegahannya menggunakan infografis serta terdapat ilustrasi sebagai gambarannya.



Gambar 4. 19 Desain layout penutup *e-book*

Halaman akhir isi buku terdapat sebuah tulisan dimana penulis untuk mengajak *audience* agar mencintai diri sendiri. Karena hal tersebut merupakan salah satu cara untuk mencegah *Anoreksia Nervosa*.

4.8.2 Media Pendukung

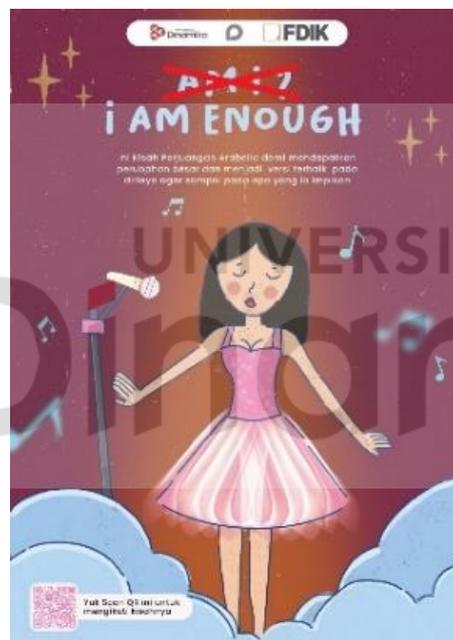
Media pendukung merupakan suatu media yang berfungsi sebagai pendukung dalam media promosi untuk media utama. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan media pendukung diantaranya terdiri atas:

1. Poster

a. Konsep

Poster terdapat ilustrasi seorang gadis yang bercermin sebagai gambaran seseorang yang tidak puas terhadap perubahan yang telah ia lakukan sehingga ia tidak cukup merasa puas. Dengan warna kebiruan dimana hal tersebut memberi makna kesedihan terhadap kondisi tersebut.

b. Desain Poster



Gambar 4. 20 Desain Poster

2. X-banner

a. Konsep

Pada X-banner terdapat ilustrasi seorang gadis yang bercermin sebagai gambaran seseorang yang tidak puas terhadap perubahan yang telah ia lakukan sehingga ia tidak cukup merasa puas. Dengan warna kebiruan dimana hal tersebut memberi makna kesedihan terhadap kondisi tersebut. Serta terdapat sinopsis cerita dari *e-book*. Dengan tujuan agar memberikan gambaran terhadap *e-book*.

b. Desain X-banner



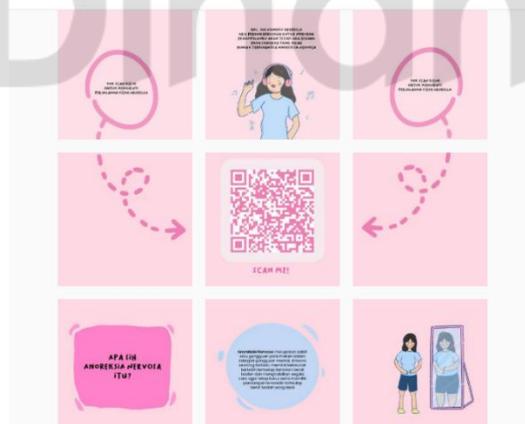
Gambar 4. 21 Desain X-banner

3. Feed Instagram

a. Konsep

pada akun @mari_cegahanoreksia digunakan peneliti sebagai media promosi mengenai seputar *Anoreksia Nervosa* yang nantinya juga akan terdapat QR Code untuk mengakses *e-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15-18 tahun.

b. Desain Feed Instagram



Gambar 4. 22 Desain Feed Instagram

4. Gantungan Kunci

a. Konsep

Konsep dalam gantungan kunci sebagai pendukung dengan terdapat desain ilustrasi karakter dan kalimat motivasi untuk mencintai diri sendiri sebagai upaya meningkatkan kesadaran diri pada remaja usia 15-18 tahun.

b. Desain Gantungan Kunci



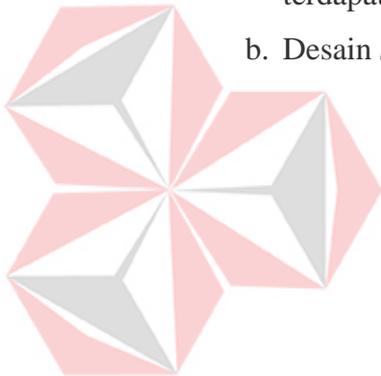
Gambar 4. 23 Desain Gantungan Kunci

5. *Sticker*

a. Konsep

Konsep desain pada *sticker* hampir mirip dengan gantungan kunci yakni terdapat karakter juga namun, untuk kalimat motivasinya berbeda.

b. Desain *Sticker*



Gambar 4. 24 Desain *Sticker*

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil pembahasan pada perancangan yang telah dilakukan peneliti dalam penelitian ini yang berjudul Perancangan Media Kampanye Sosial *E-book* Ilustrasi Berbasis Infografis sebagai Upaya Mencegah *Anoreksia Nervosa* Pada Remaja Usia 15 – 18 Tahun mendapatkan sebuah kesimpulan dengan menghasilkan suatu *keyword* yaitu “Empathy”. *Empathy* atau empati dimana dalam perancangan ini bertujuan untuk menanamkan kesadaran diri akan bahaya dari *Anoreksia Nervosa* juga menanamkan rasa empati dan turut serta berpartisipasi secara antusias untuk memahami materi gambaran dari *Anoreksia Nervosa* serta dalam upaya pencegahannya. Berdasarkan pada *keyword* yang telah ditentukan “*Empathy*” sehingga, *e-book* dapat memberikan informasi serta edukasi mengenai pencegahan *Anoreksia Nervosa*. Dimana konsep yang digunakan pada perancangan ini meliputi judul, *tagline*, *layout*, tipografi dan warna. Sehingga dalam *e-book* ini yang akan dibahas adalah gambaran serta pengertian dan pencegahan *Anoreksia Nervosa* yang dikemas dalam suatu cerita. Menggunakan judul “(Am I) I am Enough?” pada media utama dimana terdapat coretan pada awal kalimat “*Am I*” dalam judul dengan maksud untuk penerimaan diri agar tidak mempertanyakan perubahan yang telah dilakukan sudah cukup atau belum. Beberapa media pendukung yang digunakan yaitu berupa x-banner, gantungan kunci, feed Instagram, sticker, dan poster.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti maka, peneliti berharap untuk penelitian yang akan digunakan selanjutnya dengan menggunakan media yang dapat bergerak seperti animasi agar dapat lebih menarik perhatian terhadap *audience* agar juga berharap kampanye sosial mengenai *Anoreksia Nervosa* lebih banyak lagi agar masyarakat tidak menganggap suatu hal yang remeh dalam masalah gangguan pola makan seperti *Anoreksia Nervosa*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. 2018. *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. (Ed. Ke-13). Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Angelika, G. (2021). Fasilitas Rehabilitasi Penderita Gangguan Makan, Surabaya. *eDimensi Arsitektur Petra*, 9(1), 921-928.
- Inukirana, Scientia. 2019. *Internet. Anoreksia Nervosa: Definisi, penyebab dan pengobatan*. <https://www.honestdocs.id/anoreksia-nervosa/>. Diakses 17 Februari 2022
- Kurniasih, N. (2017). Infografis. 456-465
- Laila, N. N. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Makan Pada Remaja di Madrasah Aliyah Pembangunan UIN Jakarta Tahun 2013.
- Lestari, P., & Mubarak, A. S. (2021) Hubungan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Santri Putri. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(1).
- Melani, S. A., Hasanuddin, H., & Siregar, N. S. S. (2021). Hubungan kepercayaan diri dengan gangguan makan anorexia nervosa pada remaja di SMAN 4 Kota Langsa. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 170-177.
- Monica, M., & Luzar, L. C. (2011). Efek warna dalam dunia desain dan periklanan. *Humaniora*, 2(2), 1084-1096.
- Puji, Aprinda. 2021. *Internet. Anoreksia Nervosa: Gejala, Penyebab dan Pengobatannya*. <https://hellosehat.com/mental/gangguan-makan/anoreksia-nervosa/>. Diakses 4 April 2022
- Santoso, M. B., & Putri, D. (2018). Gangguan makan anorexia nervosa dan bulimia nervosa pada remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 399-407.
- Setiawan, Vina. 2020. *Internet. Anorexia: Tanda, Gejala, Cara Mengobati*. <https://www.honestdocs.id/anoreksia/>. Diakses 16 April 2022.
- Soeroso, S. (2016). Masalah kesehatan remaja. *Sari Pediatri*, 3(3), 189-97.
- Wijaya, R.A. (2017). Definisi Warna. *Academia.edu*, (1-17).
- Zainudin, A. (2021). *TIPOGRAFI*. Semarang:Yayasan Prima Agus Teknik, 1-131.