



**PERANCANGAN *MOTION GRAPHIC* SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
CARPAL TUNNEL SYNDROME UNTUK USIA 20-30 TAHUN**



TUGAS AKHIR

Program Studi

S1 Desain Komunikasi Visual

UNIVERSITAS
Dinamika

Oleh:

NABIILA BAKHITAFIFA SUGIARTO

17420100056

FAKULTAS DESAIN DAN INDUSTRI KREATIF

UNIVERSITAS DINAMIKA

2022

**PERANCANGAN MOTION GRAPHIC SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
CARPAL TUNNEL SYNDROME UNTUK USIA 20-30 TAHUN**

TUGAS AKHIR

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



UNIVERSITAS
Dinamika

Oleh:

Nama : Nabiila Bakhitafifa Sugiarto
NIM : 17420100056
Program Studi : S1 Desain Komunikasi Visual

**FAKULTAS DESAIN DAN INDUSTRI KREATIF
UNIVERSITAS DINAMIKA**

2022

Tugas Akhir

PERANCANGAN MOTION GRAPHIC SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN CARPAL TUNNEL SYNDROME UNTUK USIA 20-30 TAHUN

Dipersiapkan dan disusun oleh

Nabiila Bakhitaifa Sugiarto

NIM: 17420100056

Telah diperiksa, diuji dan disetujui oleh Dewan Penguji

Pada: Kamis, 21 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing:

1. Siswo Martono, S.Kom., M.M

NIDN: 0726027101

2. Karsam, MA., Ph.D

NIDN: 0705076802

Penguji:

1. Dhika Yuan Yurisma., M.Ds., A.C.A.

NIDN. 0720028701

Digitally signed
by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.21
14:32:23 +07'00'

Digitally signed by
Universitas Dinamika
Date: 2022.07.21
15:30:10 +07'00'

Digitally signed
by Universitas
Dinamika
Date: 2022.07.21
20:07:14 +07'00'

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana

Digitally signed by
Universitas Dinamika
Date: 2022.07.25
17:32:09 +07'00'

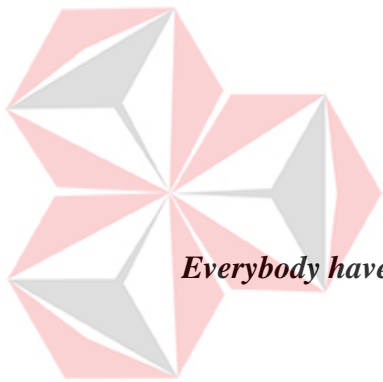
Karsam, MA., Ph.D.

NIDN. 0705076802

Dekan Fakultas Desain dan Industri Kreatif

UNIVERSITAS DINAMIKA

LEMBAR MOTTO



*Everybody have their own path of life so its okay to be at your own comfort place,
being health and happy its all that matters now.*

LEMBAR PERSEMBAHAN



I present this for me, my parents, my grandmother and all party that had been involved and helped me through this amazing journey of sweat and tears.

SURAT PERNYATAAN

PERSETUJUAN PUBLIKASI DAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Sebagai mahasiswa Universitas Dinamika, saya :

Nama : Nabiila Bakhitafifa Sugiarto

NIM : 17420100056

Program Studi : S1 Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Fakultas Desain dan Industri Kreatif

Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir

Judul Karya : **PERANCANGAN MOTION GRAPHIC SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN CARPAL TUNNEL SYNDROME UNTUK USIA 20-30 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/ sebagian karya ilmiah saya tersebut di atas untuk disimpan, dialihmediakan 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 kesarjana yang telah diberikan kepada saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Juli 2022

Yang menyatakan



Nabiila Bakhitafifa Sugiarto

NIM : 17420100056

ABSTRAK

Carpal Tunnel Syndrome merupakan penyakit yang diakibatkan karena saraf median terkompresi oleh pembengkakan jaringan ligamen karpal transversal. *Carpal tunnel syndrome* atau CTS ini merupakan salah satu penyakit yang paling sering dijumpai dalam golongan *cumulative trauma disorder* akibat gerakan yang dilakukan secara konstan. Data perkembangan penyakit ini pun secara nasional masih belum ada, bahkan data terakhir yang diperoleh dari WHO dirilis pada tahun 2010. Selain itu abainya masyarakat terhadap gejala CTS mengakibatkan keterlambatan dalam upaya pencegahan yang dapat dilakukan sebelum penyakit CTS ini menjadi semakin parah, padahal resiko dari penyakit ini dapat mengakibatkan kehilangan fungsi dari tangan secara permanen. Hal ini dikarenakan kurangnya *awareness* terhadap penyakit *carpal tunnel syndrome*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk merancang *motion graphic* sebagai upaya pencegahan terhadap *carpal tunnel syndrome* untuk masyarakat usia 20-30 tahun. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi, wawancara, studi literasi dan studi kompetitor. Hasil kata kunci yang didapatkan adalah *captivating* yang memiliki pengertian berupa sesuatu yang dapat memikat dan menarik serta terhubung dengan target *object* atau *subject*. Kata kunci tersebut digunakan dalam setiap elemen dalam konsep perancangan sehingga menghasilkan video *motion graphic* dengan judul “*Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*” dengan isi informasi tentang edukasi singkat mengenai etiologi, gejala, resiko dan upaya pencegahan penyakit *carpal tunnel syndrome*. Media pendukung yang digunakan adalah *feeds* Instagram, poster, totebag, pin enamel dan stiker.

Kata Kunci : *Carpal Tunnel Syndrome, Motion Graphic, Edukasi, Upaya Pencegahan*

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan KaruniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Perancangan *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun ini dengan baik. Melalui kesempatan yang berharga ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan tugas akhir ini, kepada yang terhormat:

1. Kedua orang tua dan nenek penulis yang mendukung dan menyemangati penulis sampai selesainya laporan ini.
2. Prof. Dr. Budi Jatmiko, M.Pd selaku Rektor Universitas Dinamika.
3. Karsam, M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Desain dan Industri Kreatif sekaligus dosen pembimbing dan dosen wali yang telah memberikan ilmu dan membimbing penulis.
4. Dhika Yuan Yurisma, M.Ds., A.C.A. selaku Ketua Program Studi S1 Desain Komunikasi Visual.
5. Siswo Martono, S.Kom., M.M, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu serta membimbing penulis.
6. Seluruh narasumber dan pihak lain atas partisipasinya dalam memberikan waktu dan informasi untuk membantu penulis melengkapi penelitian ini.
7. Seluruh saudara dan teman yang membantu penulis dengan doa dan semangatnya dari awal sehingga penelitian ini dapat terlaksana dan akhirnya terselesaikan dengan baik.

Surabaya, 8 Juli 2022

Nabiila Bakhitafifa Sugiarto

17420100056

DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Tujuan	4
1.5 Manfaat	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1 <i>Carpal Tunnel Syndrome</i> (CTS).....	6
2.2.1 Gejala <i>Carpal Tunnel Syndrome</i>	7
2.2.2 Bahaya <i>Carpal Tunnel Syndrome</i>	8
2.2.3 Upaya Pencegahan <i>Carpal Tunnel Syndrome</i>	8
2.2 Kampanye Sosial	10
2.3 <i>Motion Graphic</i>	11
2.3.1 Tahapan <i>Motion Graphic</i>	11
2.4 Infografis	12
2.5 Media	12
2.5.1 Media Sosial	13
2.6 Warna.....	13
2.7 Tipografi	14
2.8 <i>Layout</i>	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
3.1 Jenis Penelitian	16
3.2 Objek Penelitian	16

3.2.2 Subjek Penelitian	16
3.2.3 Lokasi Penelitian	16
3.3 Teknik Pengumpulan Data	17
3.3.1 Observasi	17
3.3.2 Wawancara	17
3.3.3 Studi Literasi.....	18
3.3.4 Studi Kompetitor	18
3.4 Teknik Analisa Data	19
3.5 Analisa SWOT.....	19
3.6 Alur Desain.....	19
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
4.1 Hasil Pengumpulan Data	21
4.1.1 Hasil Observasi.....	21
4.1.2 Hasil Wawancara.....	22
4.1.3 Hasil Studi Literasi.....	26
4.1.4 Hasil Studi Kompetitor.....	27
4.2 Hasil Analisa Data	30
4.2.1 Reduksi Data.....	30
4.2.2 Penyajian Data.....	32
4.2.3 Kesimpulan.....	32
4.3 Konsep dan Keyword	33
4.3.1 Analisis STP (Segmentation, Targeting, dan Positioning)	33
4.3.2 Analisa Unique Selling Preposition (USP).....	34
4.3.3 Analisa SWOT	35
4.3.4 Key Communication Message	36
4.4 Perancangan Karya	36
4.4.1 Konsep Perancangan.....	36
4.4.2 Tujuan Kreatif.....	37
4.4.3 Strategi Kreatif	37
4.4.4 Sinopsis.....	38

4.4.5 <i>Storyboard</i>	39
4.5 Perencanaan Media.....	45
4.5.1 Strategi Media.....	45
4.5.2 Perancangan Desain.....	45
4.5.3 Implementasi Karya.....	47
BAB V PENUTUP	56
5.1 Kesimpulan	56
5.2 Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57



UNIVERSITAS
Dinamika

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Tangan.....	6
Gambar 2.2 Phalen dan Tinel <i>Test</i>	7
Gambar 2.3 7 <i>Hand exercises</i> , 2022	9
Gambar 2.4 Grafik Penggunaan Media Sosial Terbanyak Tahun 2021	13
Gambar 2.5 Warna Panas dan Warna Dingin	14
Gambar 2.6 Font Serif dan Font Sans Serif	15
Gambar 3.1 Alur Perancangan Metode Villamil-Molina, 2022.....	19
Gambar 4.1 Deker Pergelangan Tangan Untuk <i>Carpal Tunnel Syndrome</i>	24
Gambar 4.2 <i>Carpal Tunnel Syndrome</i> Karya Neuron.....	28
Gambar 4.3 <i>Carpal Tunnel Syndrome</i> Karya Osmosis.....	29
Gambar 4.4 Proses Penyusunan <i>Keyword</i> , 2022.....	36
Gambar 4.5 Skema Warna Captivating, 2022.....	37
Gambar 4.6 Karakter <i>Font</i> Objektif dan Cera, 2022	38
Gambar 4.7 Alternatif Desain Karakter 1, 2022	45
Gambar 4.8 Alternatif Desain Karakter 2, 2022	46
Gambar 4.9 Sketsa Media Pendukung, 2022	46
Gambar 4.10 Desain Karakter, 2022.....	47
Gambar 4.11 <i>Scene</i> 1, 2022.....	48
Gambar 4.12 <i>Scene</i> 2-4, 2022	48
Gambar 4.13 <i>Scene</i> 5-6, 2022	49
Gambar 4.14 <i>Scene</i> 7-8, 2022	49
Gambar 4.15 <i>Scene</i> 9-11, 2022	50
Gambar 4.16 <i>Scene</i> 12-16, 2022	50
Gambar 4.17 <i>Scene</i> 17-19, 2022	51
Gambar 4.18 <i>Scene</i> 20-21, 2022	51
Gambar 4.19 <i>Feeds</i> Intagram, 2022.....	52
Gambar 4.20 Akun Media Sosial, 2022	53
Gambar 4.21 Desain Poster, 2022.....	53

Gambar 4.22 Desain Totebag, 2022.....	54
Gambar 4.23 Desain Pin Enamel, 2022	55
Gambar 4.24 Desain Stiker, 2022	55



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Segmentasi	33
Tabel 4.2 <i>Storyboard</i>	39



UNIVERSITAS
Dinamika

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Carpal Tunnel Syndrome (CTS) atau sindrom terowong karpal dalam Bahasa Indonesia adalah salah satu penyakit akibat kerja yang melibatkan ekstremitas atas khususnya pada pergelangan tangan (Putri, Iskandar dan Maharani, 2021). CTS adalah salah satu penyakit yang sering dijumpai dalam golongan *Cumulative Trauma Disorder* (CTD), menurut NIOSH (*The National Institute for Occupational Safety and Healthy*) prevalensi CTS adalah sebesar 15-20%. Kondisi ini terjadi karena saraf median yang berfungsi untuk menggerakkan ibu jari, jari telunjuk, jari tengah dan setengah dari jari manis tangan terhimpit, pemicunya adalah terowongan yang dibuat oleh tulang dan jaringan pada tangan mendapatkan tekanan berlebih yang didapatkan dari aktivitas yang dilakukan secara konstan sehingga menyebabkan stress pada jaringan sehingga mengakibatkan adanya pembengkakan dan peradangan lalu timbul rasa nyeri, terbakar, kesemutan, pegal hingga mati rasa.

Secara global kasus CTS diperkirakan berkisar hingga 1-4% populasi dunia, di Amerika Serikat 1-3 kasus dari 1000 orang menderita CTS dalam satu tahun (Sevy and Varacallo, 2022). Sedangkan di China kenaikan penderita CTS pada tahun 2001 ke tahun 2010 meningkat sebanyak 30%, selain itu menurut Dr. Ramesh Ranka, direktur dari Rumah Sakit Ramka di New Delhi, India dalam wawancaranya bersama *Hindustan Times* mengatakan bahwa kasus CTS meningkat sebanyak dua kali lipat dalam kurun waktu 5 tahun terakhir diantara pekerja kantoran (Sayyed, 2018). Dalam publikasinya Ramsay *Health Care* di UK mengatakan setidaknya ada 7-16% populasi di UK menderita CTS (<https://www.ramsayhealth.co.uk/about/latest-news/carpal-tunnel-syndrome-rises>).

Menurut data WHO (*World Health Organization*) dari Permatasari dan Arifin (2021) pada tahun 2010 CTS sering dijumpai pada praktik kehidupan sehari-hari yang dilakukan di negara industri, diperkirakan 55-65% penduduknya pernah mengalami CTS semasa hidupnya, kasusnya dapat mencapai 276:100.000 orang per tahun. Sampai

saat ini data nasional yang ada di Indonesia masih belum bisa ditemukan, data yang ada saat ini hanya data yang didapatkan dari fokus beberapa kelompok saja seperti 23,5% pekerja pada pabrik pakaian di Jakarta menderita CTS tanpa mereka sadari (Suharyanto, 2004) atau 41 dari 46 pekerja pabrik saus dan kecap di Karanganyar, Jawa Tengah yang ternyata juga menderita CTS (Setyawan, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Khan Redzwan Habib (2017) menunjukkan bahwa CTS adalah salah satu penyakit paling sederhana namun paling banyak dimiliki oleh orang dewasa, Penderitanya yang dulu berkisar di umur 40 tahun keatas sekarang terlihat lebih banyak diderita pada umur 20 dan 30 tahun yang paling banyak diderita oleh perempuan dengan perbandingan 3:1 dengan laki-laki.

Carpal Tunnel Syndrome paling rentan diderita oleh orang yang sering melakukan gerakan berulang secara konstan dengan menggunakan tangannya, hal ini menunjukkan bahwa CTS dapat menyerang siapa saja, umumnya yang paling rentan terkena penyakit ini adalah pekerja kantoran yang menghabiskan banyak waktu menggunakan komputer untuk mengetik, menggunakan *keypad* seperti *designer*, *animator*, dan lainnya yang banyak menggunakan tetikus (*mouse*). Menurut artikel yang dirilis oleh Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu Lampung menjelaskan bahwa pekerja yang paling rentan terkena *carpal tunnel syndrome* adalah para pekerja kantoran, pekerja pabrik (*manufacture*), penjahit dan pekerja bangunan (<https://mitrahusadapringsewu.com/2020/02/11/penyakit-akibat-kerja-yang-patut-diwaspadai/>).

Dalam penelitian *review* yang dilakukan Permatasari dan Arifin (2021) menunjukkan bahwa rentang jangka waktu kerja yang panjang terhadap aktivitas yang dilakukan secara konstan merupakan faktor utama terjadinya *carpal tunnel syndrome*. Tak dapat dipungkiri hal ini akan mengakibatkan penurunan kualitas dan hasil kerja serta tingkat produktivitas yang dilakukan tiap individual. Meskipun prosesnya bertahap, untuk beberapa orang *carpal tunnel syndrome* akan semakin memburuk jika tidak segera dilakukan *treatment*. Kasus terburuknya adalah kerusakan saraf di tangan secara permanen termasuk membuat jari dan tangan menjadi lemah dan kehilangan

fungsinya, oleh karena itu pentingnya tiap individual untuk tidak abai terhadap gejala yang ditimbulkan.

Dari permasalahan tersebut dapat disimpulkan bahwa banyak masyarakat yang masih abai dan memiliki tingkat kesadaran yang rendah terhadap penyakit *carpal tunnel syndrome* ini, sebagai bentuk upaya untuk mencegah terjadinya penyakit ini maka dirancanglah kampanye sosial tentang *carpal tunnel syndrome*. Menurut Rogers dan Storey dalam jurnal yang ditulis oleh Pangestu (2019) memaparkan bahwa kampanye adalah tindakan komunikasi yang dilakukan secara terencana untuk menghasilkan efek atau dampak tertentu pada suatu kalangan. Dalam jurnalnya juga Pangestu mengatakan bahwa semua bentuk jenis dari kampanye akan menggunakan media sebagai medium untuk menyampaikan pesan yang telah disusun sesuai dengan *target audience*.

Pada perancangan ini penulis akan menggunakan *motion graphic* sebagai *main media* dalam kampanye sosial ini. *Motion graphic* ini nantinya akan membahas tentang gejala yang ditimbulkan kemudian edukasi singkat tentang penyakit ini serta resiko yang akan didapatkan dan upaya pencegahan yang dapat dilakukan terhadap *carpal tunnel syndrome*. *Motion graphic* adalah salah satu jenis seni desain yang merupakan titik tengah antara animasi dan desain grafis, Betancourt (2013) menyatakan bahwa *motion graphic* adalah proyek multimedia dengan penggunaan gabungan *footage* atau rekaman dari video atau teknologi animasi untuk menciptakan ilusi dari gerakan (*motion*) dan dikombinasikan dengan audio. *Motion graphic* merupakan perpaduan solusi pada desain grafis untuk membentuk komunikasi dan medium penyampaian pesan dari komunikasi yang dilakukan secara dinamis dan efektif (Utomo, 2020). *Motion graphic* ini akan dibentuk dan disusun dengan infografis.

Dalam bukunya *Information Illustration* Dale Glasglow menyebut infografis sebagai ilustrasi informasi. Infografis pada umumnya menitikberatkan pada tampilan data atau fakta yang dipadupadankan dengan visual yang menarik dan estetik sehingga memenuhi unsur bentuk, komposisi, warna, irama dan kesatuan. Perkembangan grafik informasi atau infografis merupakan salah satu bidang yang berkembang pesat setelah desain mulai berkolaborasi dengan teknologi alasannya dikarenakan seringkali

infografis dapat menceritakan dan menjelaskan cerita yang membosankan dan rumit dengan satu gambar saja, terlebih 40% orang lebih mudah menerima respon secara visual daripada tekstual. Kombinasi *motion graphic* dan infografis ini diharapkan agar masyarakat dapat lebih mudah menerima informasi tentang upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* ini.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya maka rumusan masalah yang akan digunakan penulis dalam penulisan tugas akhir ini yaitu, Bagaimana merancang *motion graphic* tentang upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* sebagai media kampanye sosial untuk usia 20-30 tahun?

1.3 Batasan Masalah

Dari rumusan masalah diatas terbentuk beberapa batasan masalah pada Tugas Akhir yang dapat digunakan agar penelitian menjadi terarah adalah sebagai berikut:

1. Merancang *motion graphic* tentang upaya pencegahan terhadap penyakit *carpal tunnel syndrome*.
2. Menyusun informasi terkait penjelasan etiologi, gejala, upaya pencegahan dan resiko dari penyakit *carpal tunnel syndrome*.
3. Segmentasi target audiens pada masyarakat usia 20-30 tahun.
4. Media pendukung meliputi:
 - a. Pre Media : Feeds pada media sosial *instagram*.
 - b. Follow-up Media : Pin enamel, stiker, totebag dan poster.

1.4 Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk merancang *motion graphic* tentang upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* sebagai media kampanye sosial untuk usia 20-30 tahun.

1.5 Manfaat

Manfaat dari dibuatnya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan dari penelitian ini bisa memberi edukasi serta meningkatkan kesadaran masyarakat tentang *carpal tunnel syndrome* agar dapat melakukan tindakan pencegahan lebih dini.
2. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan ataupun dikembangkan kepada orang lain yang akan melakukan penelitian serupa.



UNIVERSITAS
Dinamika

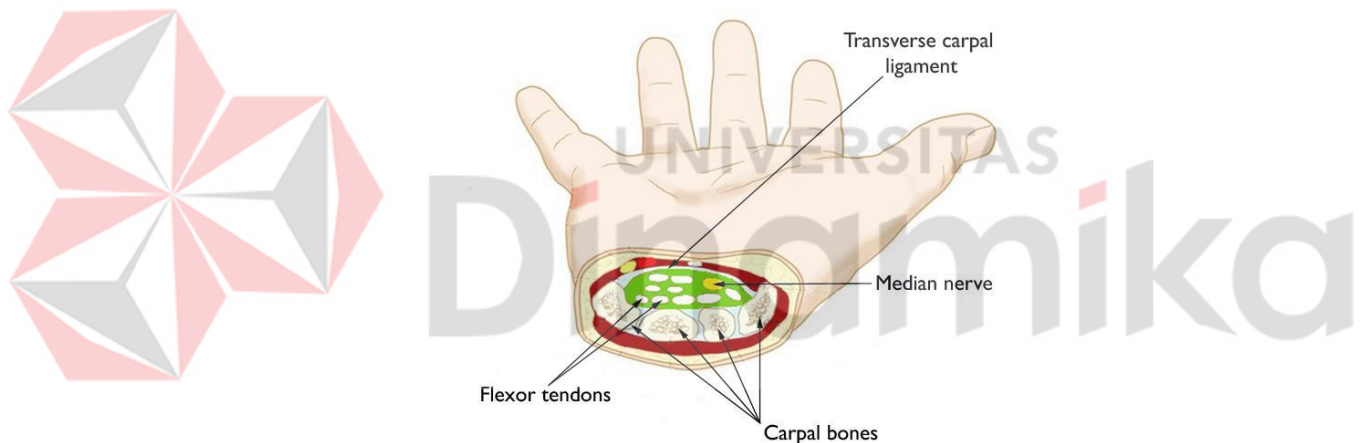
BAB II

LANDASAN TEORI

Pada bab ini peneliti akan menjelaskan teori yang digunakan dan berhubungan untuk mendukung penelitian ini.

2.1 *Carpal Tunnel Syndrome (CTS)*

Carpal tunnel syndrome adalah kondisi yang menyebabkan terjadinya mati rasa, kesemutan dan nyeri pada tangan dan lengan bawah. *Carpal tunnel* adalah sebuah lorong sempit yang terletak di pergelangan tangan yang lebarnya hanya sekitar 1 inci dimana didalamnya terdapat saraf median.



Gambar 2.1 Anatomi Tangan

(Sumber: www.orthoinfo.aaos.org, 2022)

Bagian bawah dari lorong sempit tersebut terbentuk dari tulang kecil pada pergelangan tangan yang disebut *carpal bones* atau tulang karpal sedangkan pada bagian atasnya adalah jaringan ligament karpal transversal, karena tekanan yang meningkat pada lorong tersebut menyebabkan saraf median terjepit sehingga menyebabkan terjadinya *carpal tunnel syndrome* (Riccò, Cattani dan Signorelli, 2016).

Saraf median adalah salah satu saraf utama yang ada pada tangan yang menjalar dari leher hingga ke jari, saraf ini berguna untuk memberi fungsi perasa pada ibu jari,

jari telunjuk, jari tengah dan setengah jari manis selain itu saraf median juga yang mengontrol otot yang ada pada ibu jari.

2.2.1 Gejala *Carpal Tunnel Syndrome*

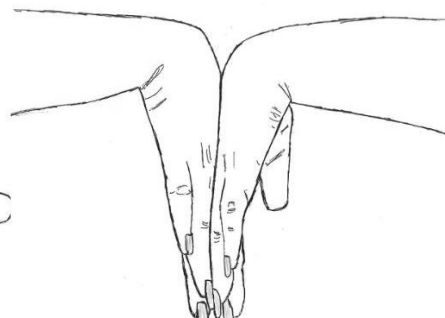
Gejala-gejala klinis yang ditimbulkan dari *carpal tunnel syndrome* menurut Orthoinfo adalah sebagai berikut:

1. Mati rasa, kesemutan, rasa terbakar dan nyeri yang sering membuat seseorang terbangun tengah malam.
2. Sensasi seperti rasa kejut pada jari yang dialiri saraf median.
3. Rasa sakit dan kesemutan yang biasanya menjalar sampai lengan menuju bahu.
4. Melemahnya tangan yang membuat susah untuk melakukan hal-hal *trivial* seperti bahkan hingga tidak mampu mengancingkan pakaian.
5. Sering menjatuhkan barang yang dipegang karna tangan tiba-tiba melemah, kebas atau *proprioception* (tangan berasa seperti berada di luar angkasa).

Selain gejala-gejala klinis yang ditimbulkan dan dapat dirasakan, *carpel tunnel syndrome* juga bisa diketahui secara mandiri dengan melakukan tes fisik sederhana sebagai berikut:



tinel's sign



phalen's sign

Gambar 2.2 Phalen dan Tinel Test

(Sumber: www.slideverse.com, 2022)

1. *Phalen Test*

Tes ini dilakukan dengan cara menempelkan kedua punggung tangan dengan kuku jari tegak lurus menghadap kebawah selama 1 menit.

2. *Tinel Test*

Untuk tes ini dilakukan dengan cara menempelkan dua jari pada bagian lipatan pergelangan tangan kemudian diketuk-diketuk secara perlahan.

Apabila dari tes fisik yang dilakukan diatas menimbulkan rasa seperti ditusuk dengan jarum, tersetrum atau kesemutan maka menunjukkan adanya kemungkinan mengalami *carpal tunnel syndrome*.

2.2.2 Bahaya *Carpal Tunnel Syndrome*

Menurut Sevy dan Varacallo (2022) dalam bukunya mengatakan bahwa *carpal tunnel syndrome* tidak akan menyebabkan kematian tapi bisa menyebabkan kerusakan saraf median yang tidak dapat dirubah atau permanen, dengan kehilangan fungsi tangan yang parah jika tidak segera diatasi.

2.2.3 Upaya Pencegahan *Carpal Tunnel Syndrome*

Ada beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari kondisi ini, seperti menjaga posisi tangan agar tidak mengalami *hyperflex in* ataupun *out*, tidak memberikan beban kerja berlebih secara terus-menerus tanpa adanya jeda untuk beristirahat pada tangan dan sering melakukan peregangan (Moore, 2021).

Menurut Rahman (2020) kegiatan peregangan tangan atau *stretching* yang dilakukan dalam 3-5 kali seminggu dengan interval 5 set pada setiap gerakan selama 30 detik terbukti dapat mengurangi resiko terkena *carpal tunnel syndrome*. Tidak ada waktu khusus yang ditetapkan, peregangan dapat dilakukan ketika tangan dirasa sudah kebas secara langsung.

Berikut adalah 7 gerakan peregangan tangan (*hand exercises*) untuk pecegahan *carpal tunnel syndrome* (Sissons, 2021):



Gambar 2.3 7 Hand exercises, 2022

1. *Wrist extension*, posisi telapak tangan kanan menghadap kedepan dan ujung jari kebawah dengan tangan kiri menarik jari kearah tubuh secara perlahan tahan selama 15 detik dalam 5 set dan sebaliknya.
2. *Wrist flexion*, gerakan tangan menggantung ke atas dan bawah juga kanan dan kiri lakukan dengan jari tangan sepenuhnya berdiri lakukan selama 15 detik dalam 5 set.
3. *Median nerve glide*, tangan dikepal dengan ibu jari berada diluar lalu regangkan jari kemudian gerakkan ibu jari ke sepanjang telapak tangan lalu kembalikan pada posisi semula, dilakukan 3-7 detik 10-15 kali dalam sehari.
4. *Tendon glides*, peregangan yang dilakukan untuk jaringan otot pada *carpal tunnel* dengan meluruskan jari tangan lalu secara perlahan tangan kembali dikepal, tiap posisi ditahan selama 3 detik ulangi sebanyak 5-10 kali, 2 hingga 3 kali dalam sehari.
5. *Wrist lift*, dengan menempatkan telapak tangan kanan di bawah telapak tangan kiri lalu secara perlahan saling menekan selama 5 detik kemudian dilepas, posisi diulangi sebanyak 10 kali pada setiap tangan.

6. *Hand squeeze*, latihan untuk otot lengan bawah tangan akan meremas bola atau benda lain yang sifatnya lentur kemudian remas selama 5 detik kemudian dilepas, dilakukan sebanyak 10 kali dalam 3 set tiap tangan.
7. *Wrist stretch with weights*, dilakukan untuk meregangkan otot lengan atas dengan cara tangan mengangkat beban seperti barbel atau benda lainnya yang sifatnya padat dengan menempelkan lengan bawah pada bidang datar lalu menggerakkan pergelangan tangan ke atas dan kebawah secara perlahan sebanyak 10 kali dalam 3 set tiap tangan.

Upaya pencegahan ini dapat dilakukan juga sebagai bentuk *treatment* penderita *carpal tunnel syndrome* tingkat *mild* dan *moderate* apabila gejala dan keluhan dirasa tidak berkurang maka langkah selanjutnya yang harus dilakukan adalah dengan konsultasi ke dokter untuk menerima diagnosis dan tindakan lanjut.

2.2 Kampanye Sosial

Menurut Charles U. Larson kampanye sosial terbagi menjadi 3 jenis kategori yaitu kampanye produk, kampanye politik dan kampanye sosial. Dari 3 jenis kampanye itu yang memiliki eksistensi tinggi adalah kampanye sosial yang berisi pesan informasi dari masalah sosial yang terjadi secara tersusun, bersifat non-komersil dan *goal oriented*. Target akhir pencapaian atau hasil yang ingin dicapai dari sebuah kampanye sosial adalah untuk merubah perilaku tiap individual ataupun norma sosial yang berlaku di masyarakat (Pangestu, 2019).

Terdapat 3 tahapan yang digunakan pada media yang akan digunakan agar proses komunikasi yang akan dilakukan menjadi lebih rapi dan mudah, yaitu:

1. *Pre Media*, merupakan media yang digunakan untuk menarik daya tarik dari target audiens terlebih dulu, dalam hal ini penulis akan menggunakan *feeds* pada Instagram.
2. *Main Media*, merupakan media yang digunakan secara utama pada kampanye sosial, dalam hal ini penulis menggunakan *motion graphic* yang berisi informasi terkait *carpal tunnel syndrome*.

3. *Follow-up Media*, merupakan media pendukung yang berfungsi sebagai tanda bukti dan pengingat dari kampanye sosial yang dilakukan, dalam hal ini penulis menggunakan pin enamel, stiker, totebag dan poster.

2.3 Motion Graphic

Menurut Michael Segal Gumelar dalam bukunya *Academic Writing* menyatakan bahwa *motion graphic* bukanlah animasi, prinsip dan implementasi fisika yang digunakan pada animasi lah yang membedakannya dengan *motion graphic*.

Motion graphic adalah sebuah seni merubah elemen statis seperti grafik, foto, ilustrasi, tipografi, dan logo menjadi desain yang bergerak dengan menambahkan dimensi lain yaitu waktu (Fecher, 2017). Bergabung dengan elemen lain seperti animasi 2D atau 3D, video dan film *motion graphic* membentuk kedinamisan yang memberikan kehidupan kepada elemen-elemen ini dan merubahnya menjadi suatu pesan atau informasi yang disampaikan dengan lebih deskriptif dan atraktif.

Deskripsi di atas juga menunjukkan animasi dan *motion graphic* memiliki tujuan yang berbeda, Siregar (2017) menyimpulkan dalam jurnalnya jika tujuan animasi adalah penyampaian pesan secara implisit dari ilustrasi fisik yang digambarkan dan ada sebagai emosi dari cerita dan karakter yang disampaikan sedangkan *motion graphic* adalah sajian dalam potongan grafis guna mengkomunikasikan informasi dan visual secara padat.

2.3.1 Tahapan Motion Graphic

Untuk mendapatkan hasil rancangan dari *motion graphic* tentang edukasi *carpal tunnel syndrome* guna meningkatkan kesadaran masyarakat perlu melalui beberapa tahapan, berikut adalah tahapan-tahapan yang harus dilalui (Sukadana, Sarjono dan Yahya, 2021):

1. Pra Produksi

Proses ini dimulai dengan menemukan sketsa dasar akan tema dan *storyline* yang akan digunakan untuk membentuk *storyboard* sebagai gambaran awal sebelum pembuatan *motion graphic*.

2. Produksi

Pada tahapan ini proses digital dalam merancang *asset* yang akan digunakan dalam *motion graphic* dibuat. Setelah seluruh *asset* disusun maka langkah selanjutnya adalah proses animasi.

3. Pasca Produksi

Tahap ini merupakan tahapan penggabungan semua *scene* dengan *audio recording*, *backsound* dan *sound effect* kemudian menuju proses *export-render* dan proses pengecekan terlebih dahulu sebelum akhirnya disebarluaskan ke masyarakat.

2.4 Infografis

Infografis atau grafis informasi adalah sebuah bentuk representasi visualisasi dari data atau pengetahuan yang kompleks menjadi informasi yang dapat diterima dengan cepat dan jelas sebut Newsom dan Haynes dikutip dari Saptodewo (2014). Infografis merupakan salah satu bidang dalam media yang berkembang pesat semenjak teknologi dan desain tumbuh secara beriringan.

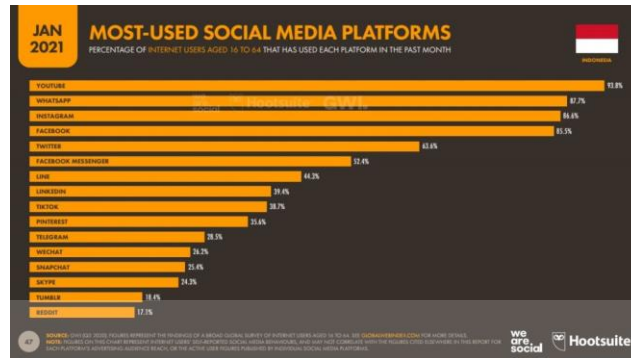
Menurut Listya (2018) ada 3 aspek yang sangat penting untuk diperhatikan sebelum membuat infografis yaitu daya pikat, komprehensi dan retensi dimana dari tiga aspek itu warna merupakan faktor terpenting yang sangat berpengaruh karena warna memberikan kesan psikologis yang rentan terhadap visualisasi para pembaca.

2.5 Media

Berasal dari Bahasa Latin *medium*, media merupakan bentuk jamaknya yang memiliki arti sebagai perantara atau pengantar. Proses komunikasi agar informasi dapat diterima dengan baik membutuhkan komponen lain yang memiliki poin vital seperti sumber informasi, isi dari informasi dan media sebagai pengantar informasi. Nihilnya salah satu komponen dapat membuat proses komunikasi menjadi tidak lancar.

2.5.1 Media Sosial

Media sosial merupakan fasilitator online yang dapat digunakan oleh siapa saja, oleh karena itu media sosial menjadi salah satu wadah yang tetap bagi tiap individual untuk berinteraksi antara satu sama lain dimana akan tercipta proses komunikasi dan terjadinya pertukaran informasi. Selain dari fungsinya untuk memperluas praktik komunikasi dengan audiens dalam lingkup yang lebih besar lagi.



Gambar 2.4 Grafik Penggunaan Media Sosial Terbanyak Tahun 2021
(Sumber: Hootsuite, We Are Social Indonesian Digital Report 2021.pdf)

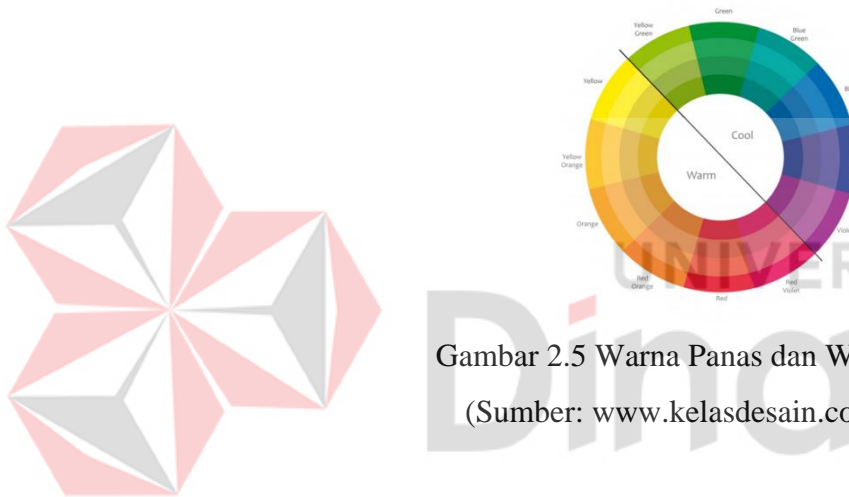
Berdasarkan data grafik yang tertera diatas pada tahun 2021 media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia adalah Youtube dengan 93,8% dari populasi di Indonesia menggunakan media sosial ini dengan pengguna paling banyak berada pada audiens umur 18-34 tahun dengan 29,6% perempuan mendominasi dan 25,1% pria. Dari data ini maka pada penelitian ini menggunakan media sosial Youtube.

2.6 Warna

Warna merupakan salah satu elemen penting yang harus diperhatikan karena setiap warna memiliki asosiasi, tujuan dan maknanya masing-masing. Warna juga bisa menjadi daya tarik secara visual maupun psikologis kepada siapa saja yang melihatnya sehingga perlu untuk memberi pertimbangan dalam memilih warna bergantung pada banyak hal seperti siapa target audiens yang dituju, kesan atau dampak apa yang ingin

ditampilkan dari tema yang dibahas sehingga penyampaian informasi kepada audiens dapat berlangsung dengan baik (Listya, 2018).

Warna juga memiliki peran psikologis yang dapat memberikan makna dan kesan pada setiap jenisnya. Menurut Samara dikutip dari Putri (2018) menjabarkan bahwa warna panas memiliki gelombang yang lebih panjang sehingga otak memerlukan energi lebih untuk memprosesnya, hal ini membuat tubuh memunculkan rasa antusiasme yang tinggi. Selain itu ada warna dingin dimana gelombang yang dimiliki lebih pendek sehingga otak tidak memerlukan banyak energi untuk memprosesnya, hal ini yang membuat tubuh merasa lebih rileks dan tenang.



Gambar 2.5 Warna Panas dan Warna Dingin
(Sumber: www.kelasdesain.com, 2022)

2.7 Tipografi

Tipografi sering disebut sebagai *visual language* atau bahasa yang dapat dilihat dalam desain komunikasi visual, oleh karena itu dalam penyusunannya pemilihan bentuk huruf harus dipertimbangkan karena akan mempengaruhi keseimbangan elemen-elemen yang berkaitan dalam suatu rancangan. Menurut Wijaya (2004) kualitas, kerapatan dan kerenggangan, visibilitas dan kecocokan pada suatu *font* yang digunakan dapat dimengerti dan dibaca oleh target audiens supaya desain yang dibuat dapat berfungsi untuk menyampaikan informasi dan berkomunikasi dengan baik.

Dalam tipografi modern terdapat 2 jenis bentuk huruf yaitu serif dimana huruf ini memiliki ujung yang lancip dan bersifat resmi lalu ada sans serif dimana ujung huruf

tumpul atau rata dan merupakan jenis yang paling di aplikasikan dalam desain karena memiliki tingkat keterbacaan yang lebih mudah.

I am sans.
I am serif.

Gambar 2.6 Font Serif dan Font Sans Serif

(Sumber: www.kompasiana.com, 2021)

2.8 Layout

Sketsa kasar untuk menentukan dasar dari rancangan karya yang akan dibuat dengan mengatur tata letak dari semua elemen yang digunakan seperti gambar, ilustrasi, tipografi, warna, dan sebagainya merupakan proses yang dikenal dengan *layout*.

Terdapat 4 prinsip desain dasar pada *layout* yang digunakan untuk memudahkan dalam perancangan karya yang memiliki segi efisiensi dan efektifitas yang baik prinsip tersebut adalah *sequence* atau urutan penempatan informasi pada tiap layout, lalu *emphasis* ketika menyampaikan informasi terpenting, kemudian *balance* yang berkaitan dengan keharmonisan antara informasi dan *asset* desain yang digunakan dan *unity* dimana elemen yang tergabung dalam *layout* membentuk suatu kesatuan (Maulana and Zarassita, 2017).

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam bab ini penulis akan membahas metode-metode yang digunakan pada pengumpulan sampai teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menemukan kata kunci pada penelitian ini.

3.1 Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif yang didapatkan dari data analisis proses yang didapat dari observasi dari keadaan dan subjek penelitian.

3.2 Objek Penelitian

Obyek penelitian ini menjadi tolak ukur untuk mencari dan mengumpulkan informasi serta data yang diperlukan untuk mencapai hasil penelitian yang maksimal, maka dari itu obyek yang digunakan adalah mengenai penjelasan, gejala, bahaya dan upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk kepentingan edukasi karena sedikitnya *awareness* terhadap penyakit ini.

3.2.2 Subjek Penelitian

Individu, kelompok dalam cakupan kecil maupun luas bisa menjadi subjek penelitian yang dibutuhkan, dalam penelitian ini subjek penelitian yang digunakan adalah Dokter spesialis saraf, Fisioterapis dan pasien *Carpal Tunnel Syndrome*.

3.2.3 Lokasi Penelitian

Pada penelitian lokasi penelitian yang digunakan untuk memperoleh data-data yang diperlukan adalah Rumah Sakit Muhammadiyah Malang dan klinik tempat praktik dokter, fisioterapis dan pasien yang bersangkutan.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Tahapan pengumpulan data merupakan salah satu bagian penting yang diperlukan dalam penelitian, terdapat 2 sumber yang dapat digunakan yaitu sumber primer dimana data diperoleh secara langsung lalu sumber sekunder dimana data diperoleh dari pihak ketiga (Barlian, 2016).

Dalam bukunya Barlian juga menjabarkan bahwa terdapat beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam penelitian kualitatif seperti tes, wawancara, observasi, analisa studi pustaka dan lainnya. Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.3.1 Observasi

Menurut Barlian (2016) teknik pengumpulan data dengan observasi memiliki ciri yang lebih spesifik karena obyek yang diamati tidak terbatas pada manusia saja tapi bisa dengan mengamati objek-objek alam juga, biasanya berfokus pada perilaku, proses dan gejala dengan batasan tertentu yang tidak luas.

Observasi pada penelitian ini dilakukan langsung di Rumah Sakit Muhammadiyah Malang untuk melihat demonstrasi dan penjelasan yang diberikan oleh subyek penelitian, ini dilakukan agar dapat mendapat informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

3.3.2 Wawancara

Menurut Patton dan Mikkelsen dalam bukunya Barlian (2016) menjelaskan bahwa wawancara atau metode partisipatoris ini ada 4 jenis yaitu wawancara individual, wawancara dengan *key informant*, wawancara kelompok dan wawancara kelompok terfokus.

Pada penelitian ini penulis menggunakan wawancara individual dan wawancara dengan *key informant* karena pengambilan data akan dilakukan dengan narasumber yang berhubungan dengan penelitian ini untuk mendapatkan data yang beragam dan informasi yang *representative*, berikut adalah narasumber dan data yang diperlukan:

1. Dokter Spesialis Saraf
 - a. Pengaruh *carpal tunnel syndrome* terhadap saraf.
 - b. Gejala dan bahaya yang diakibatkan *carpal tunnel syndrome*.
 - c. Pengobatan yang dapat dilakukan secara *non-surgical* maupun *surgical treatment*.
2. Fisioterapis
 - a. Pengaruh *carpal tunnel syndrome* terhadap gerak tangan dalam aktivitas keseharian.
 - b. Terapi fisik pengobatan yang dapat dilakukan.
3. Pasien *Carpal Tunnel Syndrome*
 - a. Rutinitas keseharian yang dilakukan.
 - b. Gejala-gejala yang dirasakan sebelum dan sesudah mengalami CTS.
 - c. Perubahan setelah melakukan pengobatan atau *treatment* fisik.

3.3.3 Studi Literasi

Pencarian data yang berfokus pada buku, jurnal, artikel *webpage* serta berita yang digunakan penulis untuk meningkatkan kualitas penelitian dan ragam data. Beberapa topik yang diperlukan supaya menunjang studi literasi yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Literasi tentang penyakit *Carpal Tunnel syndrome*.
2. Literasi tentang *hand exercises* untuk *Carpal Tunnel Syndrome*.
3. Literasi tentang *motion graphic*.

3.3.4 Studi Kompetitor

Studi kompetitor yang dilakukan penulis berfokus pada video *motion graphic* yang dapat diakses secara luas oleh masyarakat tentang *carpal tunnel syndrome*, hal ini dilakukan untuk mengetahui isi informasi yang diberikan, desain atau gaya *asset* yang dipakai serta cara penyampaian informasi yang dibawa. Selain itu penulis juga melihat kepada beberapa poster infografis yang juga dapat diakses secara umum dengan tujuan

agar penulis dapat memahami informasi apa saja yang nantinya akan digabung dengan *motion graphic*.

3.4 Teknik Analisa Data

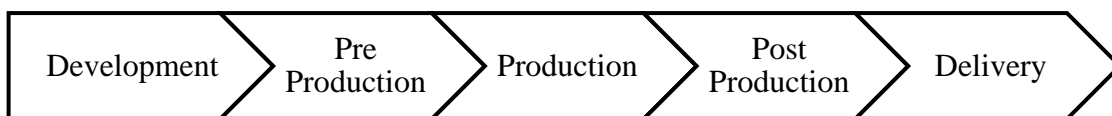
Metode yang digunakan adalah analisa data model Miles dan Huberman yaitu kegiatan dalam analisa data kualitatif dilakukan secara konstan dan interaktif sehingga data menjadi jenuh. Tahap ini dimulai dengan pengumpulan data lalu reduksi data dimana data yang sudah dikumpulkan kemudian disederhanakan membentuk rangkuman dari data yang diperlukan lalu tahapan selanjutnya adalah penyajian data, dimana data akan menjadi uraian singkat, bagan dan sebagainya, kemudian tahapan penarikan kesimpulan untuk mendapatkan *keyword* (Weny *et al.*, 2019).

3.5 Analisa SWOT

Analisa SWOT merupakan metode yang digunakan dengan membandingkan faktor eksternal dan internal dari hasil informasi yang didapat dari sumber. Faktor eksternal meliputi *opportunity* (peluang) dan *threats* (ancaman) sedangkan faktor internal meliputi *strength* (kekuatan) dan *weakness* (kelemahan) dimana faktor tersebut akan diukur dengan matrik SWOT dengan menghubungkan tiap-tiap faktor ke faktor lainnya (Nisak, 2013). Analisa ini dilakukan untuk menghasilkan strategi yang relevan dalam menganalisa data untuk penelitian ini.

3.6 Alur Desain

Pada alur desain ini penulis akan menggunakan metode Villamil-Molina, pemilihan ini digunakan karena metode ini merencanakan dengan rinci dan mempunyai struktur organisasi yang jelas (Alatas, 2020). Metode ini memiliki 5 tahapan yaitu:



Gambar 3.1 Alur Perancangan Metode Villamil-Molina, 2022

1. *Development*

Pada tahap ini dilakukannya teknik analisa data untuk mendapatkan *keyword*.

2. *Pre Production*

Dari *keyword* yang didapatkan langkah selanjutnya adalah perancangan *storyline* dan *storyboard*.

3. *Production*

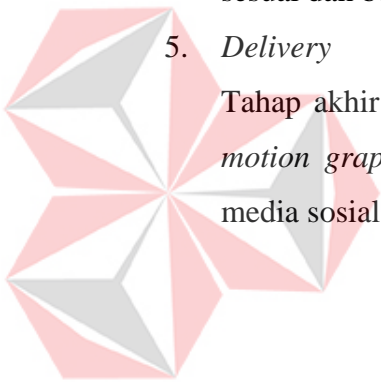
Merupakan tahap produksi dan pengembangan seperti proses animasi dan edit.

4. *Post Production*

Merupakan tahap pengujian sebelum karya disebarluaskan dengan melakukan *alfa testing* dan *beta testing*. *Alfa testing* yaitu kepada dosen pembimbing dan *beta testing* kepada subyek penelitian untuk memastikan informasi yang disampaikan sesuai dan benar.

5. *Delivery*

Tahap akhir dari pengembangan produk yaitu dengan mengunggah hasil karya *motion graphic* ilustratif tentang edukasi *carpal tunnel syndrome* ke platform media sosial Youtube.



UNIVERSITAS
Dinamika

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini penulis akan memaparkan hasil dari pengumpulan data yang telah dilakukan menggunakan teknik pengumpulan data observasi, wawancara, studi literasi dan studi kompetitor yang berhubungan dengan perancangan *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun.

4.1 Hasil Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini didapatkan dari teknik pengumpulan data observasi, wawancara, studi literasi dan studi kompetitor. Berikut adalah hasil data yang didapatkan oleh penulis:

4.1.1 Hasil Observasi

Observasi dilakukan peneliti di Rumah Sakit Muhammadiyah Malang pada tanggal 12 Oktober 2021 dan 27 Februari 2022. Kepada pasien yang memiliki keluhan gejala pada penyakit *carpal tunnel syndrome* akan diarahkan ke poli spesialis saraf dimana nantinya dokter akan melakukan *phalen test* dan *tinel test* lalu melakukan prosedur USG (*ultrasonografi*) atau *rontgen* guna mendapatkan hasil pemeriksaan yang lebih pasti dimana nantinya akan digunakan untuk membuat surat rujukan ke poli rehabilitasi medik.

Pada poli rehabilitasi medik pasien akan di periksa ulang untuk mendapatkan konfirmasi lebih akurat. Kemudian pasien akan di tanya mengenai aktifitas apa saja yang biasanya dilakukan, berapa intensitas waktu yang digunakan pada tangan pasien yang mengalami gejala *carpal tunnel syndrome* hal ini dilakukan agar fisioterapis dapat menentukan *exercises* apa yang sesuai untuk pasien lakukan saat terapi. Nantinya fisioterapis akan memberikan pasien daftar *exercises* yang harus dilakukan secara mandiri, hal ini tentunya disesuaikan dengan aktifitas yang dilakukan oleh pasien yang memunculkan gejala rasa sakit.

Rentang waktu terapi beragam tergantung dari seberapa parah kondisi pasien biasanya berada di kisaran 3 kali seminggu dan 1 kali seminggu, setelah melakukan 10 kali terapi nantinya fisioterapis akan melakukan evaluasi apabila kondisi pasien ternyata masih belum mengalami kemajuan maka pasien diminta untuk kembali ke dokter saraf dan melakukan pemeriksaan lagi untuk melanjutkan sesi terapi dengan fisioterapis namun apabila kondisi pasien ternyata membaik dan mengalami kemajuan maka pasien kembali ke dokter saraf untuk mendapatkan resep vitamin yang dapat dikonsumsi untuk membantu masa pemulihan. Selain itu penulis mendapati minimnya akses informasi tentang CTS baik itu melalui poster maupun dengan bentuk video.

4.1.2 Hasil Wawancara

Wawancara dilakukan peneliti secara individual dengan *key informant* yang membantu dan mendukung kebutuhan data yang diperlukan dalam perancangan *motion graphic* ini. Narasumber yang dipilih adalah dokter spesialis saraf, fisioterapis, dan pasien *carpal tunnel syndrome*.

Ibu Devi Ariaani, Sp.S seorang dokter saraf di rumah sakit swasta yang ada di Sidoarjo mengatakan bahwa sebenarnya *carpal tunnel syndrome* bukan merupakan penyakit yang bersumber murni dari saraf tapi penyakit yang membuat saraf menjadi terganggu karena saraf median yang melewati tulang karpal terkompresi oleh jaringan otot. Menurut beliau sebenarnya kasus ini secara data terbilang sedikit karena masih banyak yang belum menyadari tentang adanya penyakit ini kebanyakan datang dari pasien yang sedang hamil atau menyusui yang secara tidak sengaja mengetahui terkena penyakit *carpal tunnel syndrome*. Kalau ibu hamil biasanya pengaruh dari hormon yang menyebabkan meningkatnya cairan yang membuat penekanan pada saraf, sedangkan untuk ibu yang sedang menyusui biasanya karena melakukan kegiatan menggendong bayi yang dilakukan secara konstan dan terus-menerus.

Selain itu menurut beliau pada era digital sekarang ini resiko dari kegiatan yang dapat menyebabkan CTS ini sangat tinggi namun lagi karena *awareness* yang rendah ini membuat banyak pasien baru datang ketika efek penyakit ini sudah parah dan menjadi sulit ditangani secara *non-surgical treatment*, selain itu efek terbesar yang

mempengaruhi CTS merupakan akibat dari gerakan yang dilakukan secara terus-menerus. Gejala yang ditimbulkan biasanya diawali dari rasa kesemutan yang menyebabkan mati rasa dan rasa kebas sehingga menyebabkan kelemahan otot. Pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan peregangan pada tangan disela-sela waktu bekerja selain itu juga agar tangan dapat beristirahat sejenak dari aktifitas yang dilakukan untuk menghindari gerakan yang berulang atau konstan.

Selain itu dari wawancara yang dilakukan dengan fisioterapis Ibu Elanda Naziha S.Kes, Ftr., menjelaskan bahwa kebanyakan penderita *carpal tunnel syndrome* yang datang tidak mengetahui akan penyakit *carpal tunnel syndrome* atau singkatannya CTS. Pasien sering ditemui memiliki gejala yang sudah berada pada tingkat *mild* ke *moderate*, kebanyakan alasan yang digunakan adalah ketika gejala yang dialami sudah dirasa tidak tertahankan lagi padahal lama waktu pengobatan terapi yang dilakukan untuk penyakit ini bergantung dari seberapa parah intensitas gejala yang sudah dialami.

Pemicu dari timbulnya penyakit ini adalah karena gerakan yang dilakukan secara berkala pada tangan seperti contohnya mengetik, menulis, mengulek atau hanya *scroll timeline* berita maupun *social media* dan lain sebagainya. Kegiatan yang dilakukan secara konstan tersebut yang akan membuat jaringan ligamen karpal transversal yang membentuk lorong karpal membengkak dan berakibatkan menekan saraf median yang mengalir dari leher ke 4 jari tangan (ibu jari, jari telunjuk, jari tengah dan setengah dari jari manis).

Kondisi inilah yang akhirnya menghambat kerja saraf yang akhirnya berdampak mempengaruhi pada gerak tangan dan aktifitas harian dan tentunya berdampak pada tingkat produktivitas individual. Apabila gejala yang ditimbulkan dari penyakit ini dibiarkan misalnya seperti kesemutan lama-lama ini akan membuat tangan menjadi kaku bahkan hingga akhirnya tidak bisa digerakkan lagi yang dimana diperlukan tindakan dari petugas medis secepatnya.

Cara paling cepat dan efektif adalah dengan benar-benar tidak melakukan gerakan yang memicu timbulnya CTS pada tiap pasien sambil melakukan terapi namun karena kebanyakan kondisi tersebut berakibat dari aktifitas yang dilakukan saat bekerja maka saran ini mustahil untuk diterapkan ke banyak pasien. Terapi yang

dilakukan pun beragam tergantung dari seberapa parah kondisi dari tiap pasien, gerakan terapi yang dipilih pun bervariasi disesuaikan juga dengan kondisi pasien. Mempertimbangkan hal tersebut maka untuk menjaga agar gerakan pasien tidak *loss* atau berlebih pasien dapat menggunakan deker atau penyangga tangan yang fungsinya adalah untuk membatasi gerak atau imobilisasi agar lingkup gerakannya tidak terlalu melebar dan besar.



Gambar 4.1 Deker Pergelangan Tangan Untuk *Carpal Tunnel Syndrome*

(Sumber: www.tokopedia.com, 2022)

Untuk itu kegiatan yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit ini adalah dengan mengistirahatkan tangan selama 15-30 menit yang dibarengi dengan 7 *Hand Exercises* yang dilakukan secara mandiri ketika tangan dirasa sudah lelah dan mulai menimbulkan gejala-gejala pada penyakit CTS ini.

Ditambah lagi dengan fisioterapis Ibu Amelia Nisrina S.Kes (FT) yang menjelaskan juga bahwa penebalan pada ligamen karpal transversal dari aktifitas yang dilakukan secara berulang pun bukan hanya menjadi penyebab murni dari resiko terkena penyakit CTS, namun aktifitas konstan ini merupakan faktor terberat yang menimbulkan penyakit CTS. Tingkat modernisasi dan pengaruh penggunaan teknologi yang tinggi ini juga membuat banyaknya penderita yang ditemukan berada pada rentang usia muda yaitu 20-30 tahun.

Salah satu penderita *carpal tunnel syndrome* yang penulis wawancarai adalah Ibu Christie (45) yang merupakan mantan perawat NICU (*neonatal intensive care unit*) pada salah satu rumah sakit swasta di Sidoarjo selama 15 tahun. Pada awal 5 tahun sebelum akhir dari masa kerjanya Ibu Christie baru mulai merasakan gejala yang cukup

serius dan mengganggu aktifitasnya, seperti tangan yang tiba-tiba tidak mampu untuk melakukan aktifitas apapun bahkan yang sepele seperti mengambil botol susu yang kosong. Sama seperti kebanyakan kasus dari CTS Ibu Christie sebenarnya juga sudah merasakan efeknya jauh sebelumnya namun karena mengira gejala tersebut adalah hal biasa maka beliau tidak terlalu menghiraukannya.

Awalnya Ibu Christie mengira bahwa ia hanya merasa kelelahan dan tangannya perlu diistirahatkan sebentar namun gejala yang dirasakan semakin sering terjadi bahkan bisa bertahan hingga 30 menit lebih yang tentunya akhirnya mengakibatkan kebas pada tangan dan mengganggu waktu tidur juga. Setelah melakukan pemeriksaan barulah Ibu Christie mengetahui bahwa ia terkena *carpal tunnel syndrome*.

Menurut Ibu Christie kurangnya *exposure* dan *awareness* terhadap penyakit ini menyebabkan orang-orang menjadi awam terhadap tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit ini, padahal efek yang ditimbulkan sangatlah berpengaruh terhadap produktifitas dan kegiatan rutinitas setiap hari. Ibu Christie sendiri memerlukan waktu terapi selama 3 tahun dan baru benar-benar pulih kembali ketika Ibu Christie akhirnya memutuskan untuk *resign*. Beliau berharap adanya akses yang dapat dijangkau dengan mudah dengan informasi yang tentunya dapat dipahami oleh masyarakat umum tentang penyakit *carpal tunnel syndrome* ini.

Selain itu penulis juga mewawancarai Kak Faizul (27) yang merupakan seorang *gamer*, intensitasnya menggunakan laptop dan ponsel yang sangat tinggi membuat tangannya tiba-tiba mengalami kaku dan mati rasa, bahkan pada saat itu Kak Faizul sampai tidak bisa mengetik apalagi untuk menyetir kendaraan agar dapat pergi ke klinik terdekat. Setelah mendapatkan pemeriksaan Kak Faizul ternyata juga menderita *carpal tunnel syndrome* namun sudah cukup parah karena tangan Kak Faizul sudah berada dalam kondisi *claw hand* sehingga Kak Faizul diharuskan untuk rehat selama 7 minggu agar fokus pada sesi terapi yang dilakukan.

Gejala yang dialami sebenarnya sudah dirasakan jauh sebelumnya namun lagi hanya dianggap lalu karena kurangnya *awareness* terhadap penyakit ini, gejala yang timbul itu hanya dikira wujud dari rasa lelah pada tangan saja. Sampai saat ini Kak

Faizul masih melakukan terapi dan menggunakan deker pada pergelangan tangan untuk membatasi pergerakan tangan agar CTS yang diderita tidak semakin parah.

4.1.3 Hasil Studi Literasi

Peneliti menggunakan buku, jurnal dan artikel yang berhubungan dengan *carpal tunnel syndrome* dan *motion graphic* guna mendapatkan informasi dan ragam data yang lebih baik. Berikut adalah beberapa literatur yang penulis gunakan:

Buku yang pertama adalah buku *Carpal Tunnel Syndrome*. Buku ini ditulis oleh Justin O. Sevy dan Matthew Varacallo yang diterbitkan oleh StatPearls Publishing pada tahun 2022 menjelaskan detail tentang penyakit *carpal tunnel syndrome* dari *etiology* (kondisi yang menyebabkan terjadinya CTS), *epidemiology* (segmentasi yang dibuat berdasarkan data dari setiap insiden kasus CTS), *pathophysiology* (kondisi psikologi yang dapat mempengaruhi CTS), *history and physical* (catatan gejala yang dialami oleh pasien dan tes fisik klinis yang dapat dilakukan seperti Hoffmann-Tinel Test dan Phalen Test), *evaluation* (tes yang lebih menyeluruh seperti MRI atau USG), *treatment* (mencakup cara pemulihan *conservative*, *medical treatment* (dengan menyuntikan steroid), dan *surgical treatment*), *prognosis* (efek jangka panjang yang dapat dihasilkan), *complications* (kompilasi yang dapat ditimbulkan dari penyakit CTS maupun setelah melakukan operasi CTS), dan yang terakhir yaitu *deterrence and patient education* (cara pencegahan yang dapat dilakukan meliputi menghindari gerakan yang berulang dengan melakukan *exercises* ringan agar tangan dapat beristirahat, berhenti merokok dan mengurangi konsumsi *caffeine*).

Selanjutnya adalah Artikel *7 hand exercises for carpal tunnel syndrome with pictures* yang ditulis oleh Beth Sissons dan telah ditinjau secara medis oleh Gregory Minnis, DPT seorang *physical therapy* yang dirilis oleh MedicalNewsToday pada 1 November tahun 2021. Pada artikel ini Sissons merangkum *7 hand exercises* paling baik untuk meringankan dan mencegah gejala *carpal tunnel syndrome*, selain itu aktifitas ini juga salah satu bentuk *stretching* yang dapat digunakan dengan *gentle pull or stretch*.

Lalu yang ketiga adalah jurnal *Estimation of Carpal Tunnel Syndrome (CTS) Prevalence in Adult Population in Western European Countries: A Systematic Review* yang ditulis oleh Khan Redzwan Habib yang dipublikasi pada tanggal 16 Februari tahun 2017 menunjukkan bahwa adanya perubahan pada karakteristik umur bagi penderita *carpal tunnel syndrome* yang dulunya berkisar di usia 40 tahun keatas berubah dan berada dikisaran umur 20-30 tahun. Dalam jurnalnya juga Khan Redzwan Habib mengatakan bahwa meskipun *prevelance* nya yang tinggi untuk diderita oleh individual umur 20-30 tahun masih belum adanya standar kriteria secara resmi yang diterapkan untuk dapat mendiagnosa penyakit ini secara klinis. *Policy measures* yang dapat diterapkan bisa digunakan untuk menaikkan tingkat *awareness* terhadap resiko yang dapat didapatkan dari *carpal tunnel syndrome* ini yang diharapkan dapat memberikan lingkungan kerja yang lebih aman terhadap tiap individual.

Kemudian yang terakhir adalah buku *Motion Graphics Design Academy – The Basics*. Buku ini ditulis oleh Timo Fetcher yang diterbitkan oleh crossfeyer pada tahun 2017. Buku ini menjelaskan tentang pengertian, *the four “W” questions* yang meliputi siapa target, tujuan membuat, *platform* apa yang digunakan dan batasan isi informasi. Berikut dengan *commandments* yaitu menarik, pengulangan simbol dan memiliki arti atau membawa suatu pesan, kemudian 3 tahapan pada *motion graphic* yang meliputi proses *preparation* berupa konsep yang didapatkan dari hasil melakukan riset lalu menentukan format dan komposisi kemudian pembuatan *storyboard* setelah itu ada *production* yaitu proses penyatuan berbagai elemen untuk membentuk *motion graphic* yang baik, lalu yang terakhir adalah proses *post production* yaitu proses penyelesaian *motion graphic* hingga tahap *rendering* sebelum akhirnya dipresentasikan dan menyebarkanluaskannya dengan *platform* yang dipilih.

4.1.4 Hasil Studi Kompetitor

Studi kompetitor ini berfokus pada video *motion graphic* yang membahas tentang *carpal tunnel syndrome* untuk mengetahui karakteristik dari setiap video dan video yang dapat diakses secara umum oleh masyarakat.

1. *Using Your Smartphone Too Much – Carpal Tunnel Syndrome*



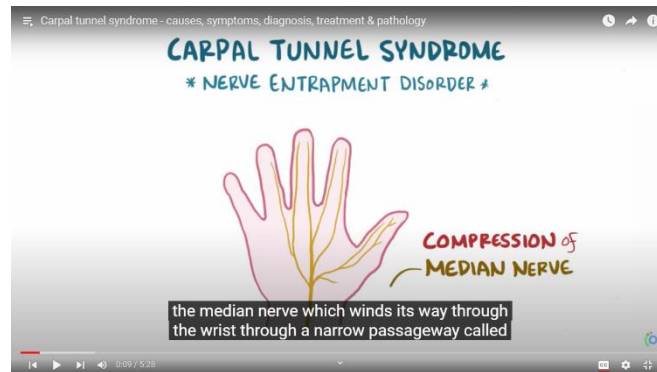
Gambar 4.2 *Carpal Tunnel Syndrome* Karya Neuron

Sumber: www.youtube.com, 2019

Video ini dibuat dan dipublikasikan pada *platform* YouTube oleh *channel* Neuron pada tanggal 20 Januari tahun 2019 dengan penonton sebanyak 242,462 *views* per 16 Mei 2022. Karakteristik dari video *motion graphic* ini adalah penggunaan durasi selama 02:51 menit kemudian struktur informasi video dimulai dengan pemberian contoh salah satu hal yang dapat menyebabkan kondisi CTS dilanjut dengan gejala yang ditimbulkan dan resiko yang dapat dialami kemudian baru masuk ke pembahasan mengenai CTS dan ditutup dengan cara yang dapat dilakukan untuk menyembuhkannya dan cara *simple* yang dapat mendiagnosa CTS secara mandiri. Lalu penggunaan bahasa (Audio) yang dipilih adalah Bahasa Indonesia, dengan pilihan *subtitle* Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris.

Dalam video tersebut menggunakan ilustrasi vektor dengan perbandingan teks tulisan dan gambar digunakan secara seimbang, tulisan text informasi juga terdiri dari poin-poin penting dari informasi lisan yang disampaikan. Penggunaan warna dalam video ini didominasi oleh *warm tone* seperti oranye, teal, coklat muda dan tua, kuning dan *pink coral*. Video ini juga merupakan satu-satunya video dalam Bahasa Indonesia yang dapat penulis temukan di *platform* YouTube yang memberikan pengenalan terlebih dahulu terhadap penyakit *carpal tunnel syndrome*.

2. *Carpal Tunnel Syndrome - causes, symptoms, diagnosis, treatment & pathology*



Gambar 4.3 *Carpal Tunnel Syndrome* Karya Osmosis

Sumber: www.youtube.com, 2016

Video ini dibuat dan dipublikasikan pada *platform* YouTube oleh *channel* Osmosis pada tanggal 24 Oktober tahun 2016 dengan penonton sebanyak 366,320 *views* per 16 Mei 2022. Karakteristik dari video *motion graphic* ini memiliki durasi waktu 05:28 menit dengan susunan informasi video dimulai dengan penjelasan mengenai *carpal tunnel syndrome* secara rinci berikut dengan detail dari jaringan pada tangan tentang kondisi yang memperkarai CTS, kemudian dilanjut dengan gejala akibat yang ditimbulkan dari kondisi tersebut lalu pilihan diagnosa yang dapat dilakukan untuk mendeteksi CTS, lalu pembahasan mengenai pilihan *treatment* yang dapat dilakukan dan ditutup dengan kesimpulan dari seluruh video. Penggunaan bahasa atau audiodalam video ini adalah Bahasa Inggris, dengan pilihan *subtitle* Bahasa Inggris dan Bahasa Arab.

Dalam video tersebut menggunakan ilustrasi vektor dengan penjelasan pada gambar dan teks yang detail sehingga dalam satu *scene* akan termuat banyak elemen-elemen. Efek pada video yang digunakan untuk membawa alur pada isinya menggunakan *handwriting effect*. Penggunaan warna yang dipilih dalam video ini adalah warna *cool tone* seperti merah, plum, mauve, biru muda dan hijau toska.

4.2 Hasil Analisa Data

Data-data yang telah dipeoleh sebelumnya kemudian dianalisa dengan teknik analisa data yaitu reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Berikut adalah hasil analisa data yang telah penulis lakukan:

4.2.1 Reduksi Data

1. Observasi

Kesimpulan yang penulis dapatkan dari hasil observasi yang dilakukan di Rumah Sakit Muhammadiyah Malang adalah untuk mendiagnosa penyakit *carpal tunnel syndrome* harus melalui beberapa fase terlebih dahulu dari pemeriksaan saraf terlebih dahulu kemudian untuk mendapatkan hal yang lebih pasti maka memerlukan *scan rontgen* atau USG agar kondisi yang didapatkan dapat terbaca dengan jelas lalu baru pasien dapat melakukan *treatment* dengan fisioterapis setelahnya. Lama dari suatu sesi terapi juga bergantung dari kondisi dan kemauan pasien untuk mengikuti anjuran *exercises, do and don'ts* dari fisioterapis yang harus dilakukan saat berada diluar rumah sakit. Selain itu tidak adanya poster maupun video edukasi tentang *carpal tunnel syndrome* di dalam Rumah Sakit.

2. Wawancara

Hasil wawancara yang dilakukan penulis kepada Dokter spesialis saraf, Fisioterapis dan Pasien *carpal tunnel syndrome* yang ditemui secara terpisah dan dalam waktu berbeda dapat disimpulkan bahwa *carpal tunnel syndrome* sekarang banyak ditemukan pada pasien dengan rentang umur 20-30 tahun. Jangka waktu penyembuhan untuk CTS bergantung dari kondisi setiap pasien. Untuk menghindari penyakit ini tiap individual harus peka terhadap kondisi dari tangan mereka, apabila dirasa sudah kebas maka tangan perlu diistirahatkan selama 15-30 menit sambil melakukan *7 hand exercises* aktifitas ini dilakukan untuk menghindari kegiatan yang dilakukan secara konstan dan *repetitive*. Sering kali CTS menjadi alasan utama turunnya tingkat produktifitas seseorang. Gejala yang ditimbulkan biasanya adalah rasa kesemutan, kebas sehingga tangan menjadi melemah dan mati rasa. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya

CTS ini seperti bawaan genetik tapi kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang atau konstan merupakan faktor utama yang memicu terjadinya kondisi ini. Kurangnya *awareness* terhadap penyakit ini juga menjadi salah satu faktor lainnya seseorang untuk dapat dengan cepat mendeteksi penyakit ini dan mencegah timbulnya penyakit ini.

3. Studi Literasi

Dari buku, jurnal dan artikel yang digunakan dalam studi literasi yang digunakan penulis menunjukkan bahwa kasus penyakit *carpal tunnel syndrome* mengalami peningkatan ditambah lagi adanya pergeseran pada penderita kasus ini yang dulunya berada di usia 40 tahun keatas berubah menjadi berada pada kisaran usia 20-30 tahun. *Carpal tunnel syndrome* sendiri juga merupakan kondisi dimana saraf median yang mengalir melewati lorong karpal yang tersusun atas tulang karpal dan jaringan ligament karpal transversal terkompresi oleh jaringan karpal yang membengkak akibat aktifitas yang menggunakan tangan dilakukan secara konstan. Apabila diabaikan CTS dapat menyebabkan kerusakan saraf permanen sehingga tangan akan kehilangan fungsinya untuk bekerja.

4. Studi Kompetitor

Berdasarkan 2 video *motion graphic* yang digunakan penulis dalam penelitian ini, penulis menyimpulkan bahwa informasi yang dibawa memiliki ketimpangan karena pada video yang dibuat oleh Neuron informasi yang disampaikan terlalu singkat dan penjelasan dan solusi yang diberikan dirasa kurang detail selain itu video yang dibuat pada *channel* ini juga merupakan satu-satunya yang menjelaskan dengan lumayan lengkap tentang penyakit CTS ini dengan menggunakan *motion graphic* dalam Bahasa Indonesia, sedangkan pada video yang dibuat oleh Osmosis informasi yang disampaikan terlalu kompleks karena menggunakan bahasa yang orang awam tidak familiar sehingga informasi yang disampaikan dirasa kurang tersampaikan dengan baik terlebih lagi karena tidak adanya pilihan Bahasa Indonesia pada *subtitle*.

4.2.2 Penyajian Data

Berdasarkan hasil data yang sudah di reduksi diatas maka data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

1. *Carpal Tunnel Syndrome* merupakan kondisi yang terjadi ketika saraf median yang melewati lorong karpal terhimpit atau terkompresi oleh jaringan ligament karpal transversal yang membentuk lorong tersebut mengalami pembengkakan.
2. Pembengkakan yang terjadi yang mengakibatkan *Carpal Tunnel Syndrome* dipicu oleh gerakan yang dilakukan secara konstan dan berulang.
3. Terjadi peningkatan pada kasus *Carpal Tunnel Syndrome* dan penderita pada penyakit ini berada pada usia 20-30 tahun.
4. Gejala *Carpal Tunnel Syndrome* adalah rasa kesemutan, kebas sehingga fungsi tangan melemah dan mati rasa.
5. Pencegahan dapat dilakukan dengan mengistirahatkan tangan dan melakukan 7 *Hand exercises* yang meliputi *wrist extension, wrist flexion, median nerve glide, tendon glides, wrist lift, hand squeeze*, dan *wrist stretch with weights*.
6. Resiko dari *Carpal Tunnel Syndrome* adalah menurunnya tingkat produktivitas tiap individual hingga kerusakan saraf permanen sehingga tangan akan kehilangan fungsinya.
7. Kurangnya informasi dan sosialisasi terkait *Carpal Tunnel Syndrome* ini seringkali membuat masyarakat abai terhadap gejala-gejala yang sudah ditimbulkan.
8. Penggunaan *motion graphic* dipilih agar informasi yang disampaikan dapat ditampilkan dengan visual yang lebih menarik agar mudah diterima.
9. Perancangan informasi yang akan disampaikan dalam *motion graphic* harus disesuaikan dengan masyarakat awam agar pesan dapat disalurkan dengan baik.

4.2.3 Kesimpulan

Dari hasil reduksi dan penyajian data yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa *Carpal Tunnel Syndrome* mengalami peningkatan kasus setiap tahunnya namun rendahnya tingkat *awareness* membuat kebanyakan individual abai terhadap gejala yang sudah ditimbulkan. Penderitanya sekarang banyak ditemukan

pada masyarakat usia 20-30 tahun. Gejala yang ditimbulkan adalah kesemutan, kebas sehingga fungsi tangan melemah, dan mati rasa. Apabila dibiarkan secara terus-menerus tanpa adanya usaha untuk mencegah ataupun menyembuhkan penyakit ini resiko terburuknya adalah kerusakan saraf secara permanen sehingga fungsi tangan akan hilang. *Treatment* yang disarankan adalah dengan memberikan tangan waktu untuk beristirahat selama 15-30 menit dan melakukan 7 *hand exercises*. Oleh karena itu peneliti akan merancang *video motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun sebagai medium untuk penyampaian informasi.

4.3 Konsep dan Keyword

Data yang telah diperoleh kemudian digunakan untuk proses penentuan *keyword*.

4.3.1 Analisis STP (*Segmentation, Targeting, dan Positioning*)

Hasil analisa data tadi kemudian yang penulis akan gunakan dalam analisis STP yaitu *segmentation, targeting* dan *positioning*. Berikut adalah analisa STP yang telah penulis lakukan:

1. *Segmentation*

Tabel 4.1 Segmentasi

Segmentasi		Keterangan
Geografis	Letak wilayah	Indonesia
	Ukuran wilayah	Kota dan Kabupaten
	Teritorial	Jawa Timur
Demografis	<i>Gender</i>	Laki-laki dan Perempuan
	Usia	20-30 Tahun
	Status ekonomi	Menengah Keatas
	Pekerjaan	Semua Profesi
	Pendidikan	Semua Strata
Psikografis	Kepribadian	Masyarakat yang peduli dengan kesehatannya untuk menjaga kesehatan dan tingkat produktifitas dirinya sendiri.
	Gaya hidup	Masyarakat modern yang aktif bekerja dengan melakukan aktifitas secara rutin.

2. *Targeting*

Target dalam perancangan *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun adalah sebagai berikut:

a. *Target Audience*

Masyarakat modern yang sedang bekerja secara aktif berusia 20-30 tahun dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan yang tinggal di wilayah kota atau kabupaten yang terbiasa dengan teknologi atau internet dan sangat memperhatikan kesehatan diri untuk menjaga tingkat produktifitas.

3. *Positioning*

Motion graphic tentang *carpal tunnel syndrome* sebagai upaya pencegahan untuk masyarakat usia 20-30 tahun memposisikan diri sebagai media informasi dan *final media* dari kampanye sosial yang akan dilakukan untuk meningkatkan *awareness* tentang penyakit ini sehingga masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan lebih dini.

4.3.2 Analisa *Unique Selling Proposition* (USP)

USP adalah metode yang digunakan untuk menemukan pembeda atau keunikan dari perancangan karya yang dibuat. Keunikan dalam perancangan karya ini adalah menggunakan video *motion graphic* sebagai medium dari informasi tentang *carpal tunnel syndrome* serta upaya pencegahannya. Video *motion graphic* ini juga menjadi *main media* yang akan digunakan dalam kampanye sosial tentang penyakit CTS ini.

Konten dalam video ini akan dikemas dengan infografis karena dari kompleks informasi yang disampaikan akan dapat disalurkan dengan lebih ringan, menarik dan menjadi mudah diterima. Selain itu video *motion graphic* tentang CTS yang ada pada *platform* YouTube sangat jarang ditemukan apalagi ditambah dengan minimnya video yang menggunakan Bahasa Indonesia.

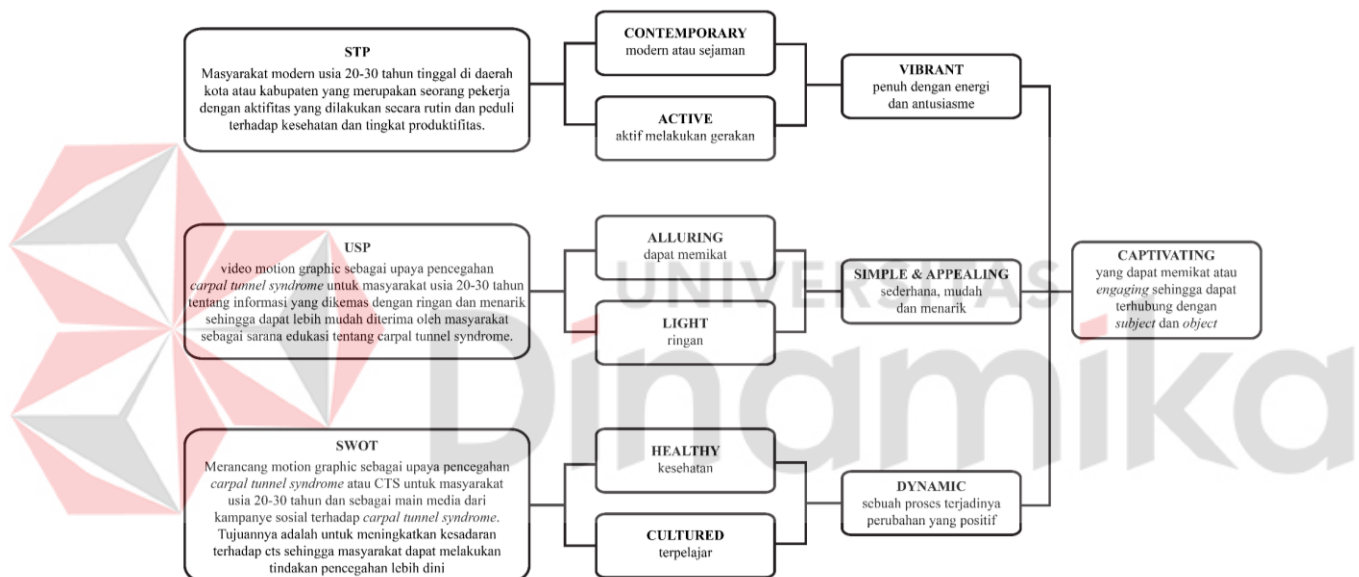
4.3.3 Analisa SWOT

Tabel 4.2 Analisa SWOT

<div> <div>Faktor Internal (<i>Strenghts</i> <i>Weakness</i>)</div> <div>Faktor Eksternal (<i>Oppurtunities</i> <i>Threats</i>)</div> </div>	<i>Strenghts</i>	<i>Weakness</i>
	<ul style="list-style-type: none"> Adanya upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah <i>carpal tunnel syndrome</i>. Upaya pencegahan dapat dilakukan secara mandiri. Masyarakat usia 20-30 tahun memiliki akses dan keaktifan yang besar di media sosial. 	<ul style="list-style-type: none"> Kurangnya <i>awareness</i> terhadap penyakit <i>carpal tunnel syndrome</i>. Kurangnya <i>awareness</i> terhadap gejala dan resiko dari penyakit CTS ini. Penyakit CTS ini terbukti meningkat dalam beberapa tahun belakangan ini serta terjadinya perubahan pada umur penderita dari 40 tahun menjadi 20-30 tahun.
<i>Oppurtunities</i>	S-O	W-O
<ul style="list-style-type: none"> Era digital yang sekarang telah berkembang dengan pesat. Minimnya video <i>motion graphic</i> tentang CTS di <i>platform</i> media sosial. Minimnya video yang menggunakan Bahasa Indonesia <i>Platform</i> YouTube merupakan media sosial yang paling banyak diakses oleh masyarakat pada tahun 2021 	<ul style="list-style-type: none"> Membuat video <i>motion graphic</i> tentang <i>carpal tunnel syndrome</i> berikut dengan edukasi singkat tentang penyait ini beserta upaya pencegahan dan resiko yang dapat ditimbulkan sebagai medium dari informasi yang dapat disebarluaskan. Memanfaatkan <i>platform</i> media sosial YouTube sebagai medium untuk mengunggah video <i>motion graphic</i> tentang CTS ini. 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan kampanye sosial untuk sosialisasi mengenai penyakit <i>carpal tunnel syndrome</i> dengan video <i>motion graphic</i> ini menjadi <i>final media</i> yang akan digunakan. Dengan era digital yang pesat menggunakan <i>platform</i> sosial media YouTube sebagai wadah atau medium penyaluran video <i>motion graphic</i> ini yang diharapkan dapat meningkatkan <i>awareness</i> dan menghindari resiko terbururk
<i>Threats</i>	S-T	W-T
<ul style="list-style-type: none"> Penyakit <i>carpal tunnel syndrome</i> yang kurang terdengar familiar karena minimnya <i>awareness</i> terhadap penyakit ini. Gejala dari CTS yang sering diabaikan oleh masyarakat. 	<ul style="list-style-type: none"> Teknik visual dari video <i>motion graphic</i> yang digunakan dengan menggabungkan informasi tentang <i>carpal tunnel syndrome</i> dengan elemen-elemen pendukung untuk dapat memeberikan informasi secara lebih menarik 	<ul style="list-style-type: none"> Perancangan video <i>motion graphic</i> tentang <i>carpal tunnel syndrome</i> berikut dengan upaya pencegahan dan resiko yang dapat terjadi sebagai wadah informasi untuk masyarakat yang dapat diakses secara umum dengan memanfaatkan <i>platform</i> sosial media YouTube.
Strategi Utama : Merancang <i>motion graphic</i> sebagai upaya pencegahan <i>carpal tunnel syndrome</i> atau CTS untuk masyarakat usia 20-30 tahun dan sebagai <i>main media</i> dari kampanye sosial terhadap <i>carpal tunnel syndrome</i> .		

4.3.4 Key Communication Message

Keyword yang ditemukan merupakan *key communication message* dari hasil analisa analisa STP, USP dan SWOT yang nantinya akan digunakan dalam perancangan video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun. *Keyword* yang ditemukan adalah *captivating* yang memiliki makna dan pengertian berupa sesuatu yang dapat memikat dan menarik serta terhubung dengan suatu *object* atau *subject*. *Keyword captivating* ini akan di implementasikan kedalam proses pembuatan karya video *motion graphic* tentang *carpal tunnel syndrome* ini, berikut adalah proses penyusunan *keyword*:



Gambar 4.4 Proses Penyusunan *Keyword*, 2022

4.4 Perancangan Karya

Dari *keyword captivating* yang didapatkan berikut konsep perancangan karya:

4.4.1 Konsep Perancangan

Pada tahap ini penulis menentukan konsep tema dan ide untuk karya video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk masyarakat usia 20-30 tahun berdasarkan *keyword* yang telah ditemukan.

4.4.2 Tujuan Kreatif

Pada perancangan *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk masyarakat usia 20-30 tahun memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran atau *awareness* masyarakat terhadap CTS agar dapat menghindari dan melakukan upaya pencegahan lebih dini.

4.4.3 Strategi Kreatif

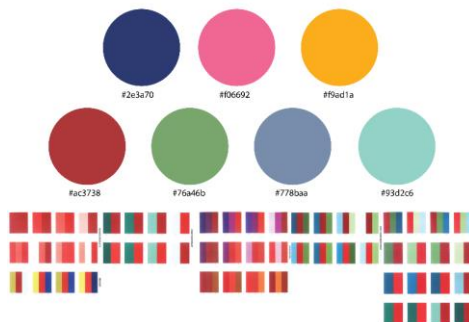
Strategi yang digunakan adalah dengan menggunakan *motion graphic* dimana isi dari informasi yang digunakan dibentuk dengan infografis sehingga perpaduan dua elemen ini untuk memberikan konten yang lebih sederhana dan menarik, berikut adalah beberapa unsur yang ada terdapat strategi kreatif penelitian ini:

1. Judul

Judul yang digunakan dalam perancang *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk masyarakat usia 20-30 tahun ini adalah “*Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*”.

2. Warna

Pada perancangan *motion graphic* ini penulis menggunakan skema warna *rich* yang sesuai dengan *keyword captivating* yang telah ditemukan. Definisi dari kata *captivating* sendiri adalah sangat menarik dan memiliki pesona yang kaya sehingga dapat terhubung dengan subjek atau objek yang dituju dengan baik. Hal ini menunjukkan makna dari *captivating* memiliki keterkaitan dengan *rich* atau kaya. Berikut adalah *pallette* skema warna *rich* yang diperoleh dari buku *color harmony* dan warna yang digunakan dalam *motion graphic* ini:



Gambar 4.5 Skema Warna Captivating, 2022

3. Tipografi

Jenis huruf yang digunakan sebagai salah satu elemen yang ada dalam *motion graphic* yaitu teks atau huruf adalah *sans serif*. Jenis ini dipilih karena bentuknya sederhana dan dapat dibaca dengan mudah. Selain itu memiliki karakter yang tidak kaku sehingga diharapkan dapat memberikan kesan yang ramah atau ringan kepada penonton agar informasi tentang *carpal tunnel syndrome* dapat tersampaikan dengan baik. Huruf yang akan digunakan dalam video ini adalah Objektiv dan Cera Pro.



Gambar 4.6 Karakter *Font* Objektiv dan Cera, 2022

4.4.4 Sinopsis

Berikut adalah sinopsis yang akan digunakan dalam video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun:

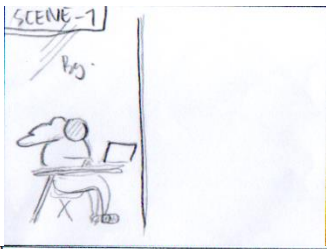


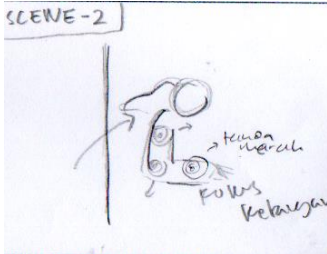
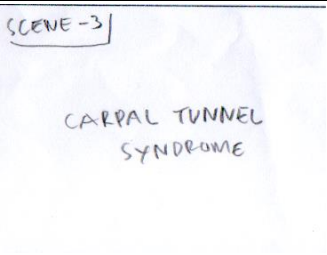
Sering merasa kesemutan, kebas atau nyeri pada tangan dan jari-jari saat sedang ataupun setelah melakukan pekerjaan dalam jangka waktu cukup lama? Bahkan terkadang sampai membuat pekerjaan harus terhenti sebentar karena rasa sakit yang tidak tertahankan? Dari gejala-gejala yang ditimbulkan bisa jadi anda memiliki *carpal tunnel syndrome*. *Carpal tunnel syndrome*, Apa itu? Yuk mari kenali lebih dalam tentang penyakit ini dan upaya pencegahan yang dapat anda lakukan agar dapat terhindar dari resiko terburuk yang dapat diakibatkan dari *carpal tunnel syndrome* yaitu hilangnya fungsi tangan secara permanen.

Storyline pada video *motion graphic* akan berisi informasi data tentang pengertian, gejala, resiko dan upaya pencegahan yang bisa dilakukan terhadap *carpal tunnel syndrome*.

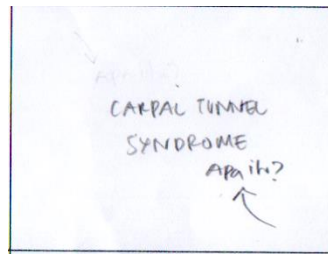
4.4.5 Storyboard

Berikut adalah *storyboard* dari video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun:

Tabel 4.2 *Storyboard*

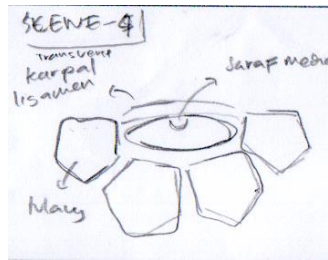
No.	Deskripsi	Storyboard	Narasi
1.	<i>Opening, full shot karakter sedang melakukan suatu pekerjaan (didepan komputer, pekerja manufacture, sedang memegang hp)</i>	  	Apakah setelah melakukan pekerjaan baik itu didepan komputer, para pekerja pabrik, ataupun yang bekerja <i>online</i> dengan menggunakan ponsel dalam waktu yang cukup panjang.
2.	<i>Zoom-in scene fokus ke tangan karakter, setiap gejala yang disebutkan muncul tanda merah bekedip</i>		Anda mengalami rasa nyeri, kesemutan dan kebas pada tangan? Bahkan hingga perlu untuk berhenti sebentar dari pekerjaan karna rasa sakit yang tidak tertahankan?
3.	<i>Full Text carpal tunnel syndrome, bigger font size</i>		Bisa jadi itu adalah <i>carpal tunnel syndrome</i>

4. *Full text*, muncul tulisan Apa itu? Dibawah tulisan *carpal tunnel syndrome*, slightly bigger font size



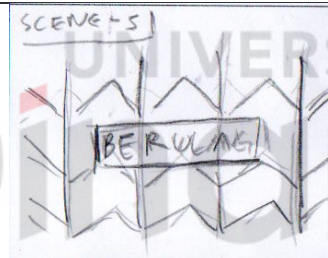
Carpal tunnel syndrome? Apa itu?

5. Penjelasan singkat tentang penyebab terjadinya *carpal tunnel syndrome* dengan ilustrasi vektor pada tulang karpal, saraf median dan jaringan ligament karpal transversal. Menunjukkan jaringan ligamen karpal yang membengkak dan mengompresi saraf median.

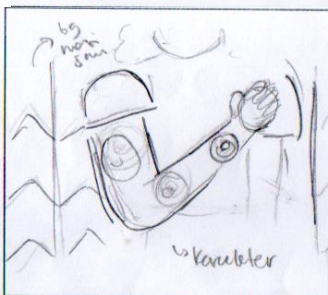


Carpal tunnel syndrome atau singkatnya CTS adalah kondisi dimana saraf median yang mengalir dari leher ke tangan terkompresi karena adanya pembengkakan pada jaringan ligamen karpal transversal.

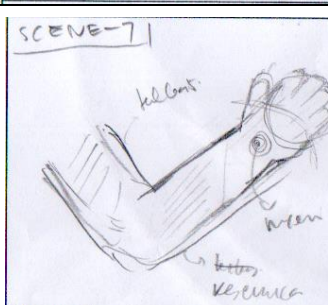
6. *Background* berubah menjadi garis bergelombang dengan garis-garis yang membatasi untuk menggambarkan kata "berulang" bersama dengan karakter seperti berlari. Karakter berhenti lalu memberikan titik merah pada tangan untuk menunjukkan rasa sakit atau nyeri. (detail: menunjukkan karakter yang kesakitan di scene 2).



Kondisi ini diakibatkan dari gerakan yang dilakukan secara berulang pada tangan yang akhirnya menimbulkan rasa sakit atau nyeri sebelumnya



7. *Full shot* pada tangan menunjukkan titik-titik untuk menjelaskan gejala yang biasa dirasakan penderita CTS.



Gejala yang biasa dirasakan adalah rasa nyeri pada pergelangan tangan, kebas, kesemutan hingga mati rasa sehingga tangan kehilangan kekuatannya atau *proprioception*.

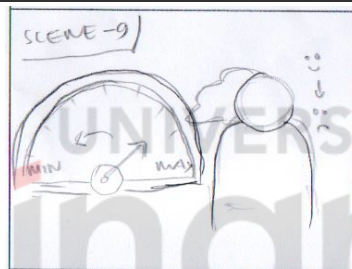
8. Text Tes fisik lalu mengecil keatas dengan diikuti gambar *full shot* lengan dan karakter untuk menunjukkan masing-masing gerakan.

Ketika “apabila sakit” menunjukkan *sign* yang menunjukkan rasa sakit pada karkater yang muncul dengan *bubble* lalu menjadi bewarna merah. *Background blur*.



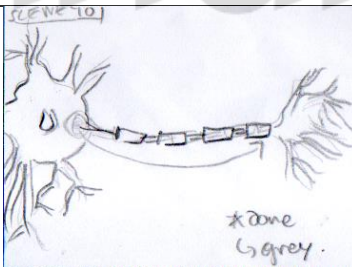
Selain dari gejala klinis yang ditimbulkan terdapat tes fisik sederhana yang dapat dilakukan untuk mengetahui CTS yaitu *Phalen Test* dan *Tinel Test*. *Phalen Test* adalah posisi dimana bagian atas tangan kiri dan kanan saling menekan satu sama lain, sedangkan *Tinel Test* adalah posisi dimana dua jari pada tangan menekan pergelangan tangan jari lainnya. Apabila terasa sakit maka menunjukkan adanya kemungkinan terkena *carpal tunnel syndrome*.

9. Menunjukkan *speedometer* untuk menunjukkan tingkat produktifitas dan ekspresi karkater yang berubah dari senang menjadi sedih (detail: bahu yang menurun)



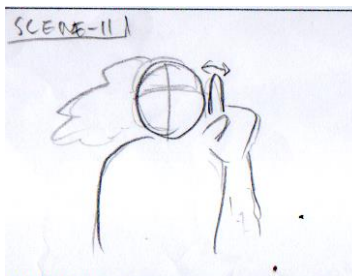
Hal ini tentunya menyebabkan tingkat produktifitas suatu individual akhirnya menurun.

10. Menunjukkan ilustrasi vektor saraf dengan gambaran adanya proses penyampaian informasi yang disampaikan dengan mimic pada *shape circle* yang diberikan efek *glowing*. (detail: warna berubah menjadi abu-abu).



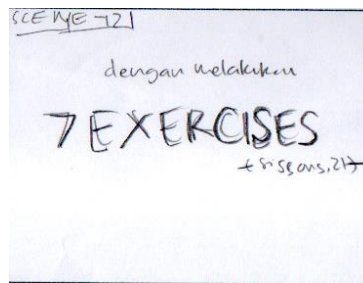
Bahkan resiko terparah yang dapat diakibatkan adalah kehilangan fungsi saraf secara *permanent*.

11. Muncul karakter (*in-out*) dengan tulisan capital “don’t worry”



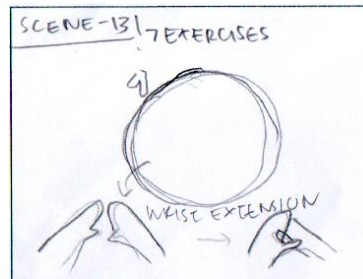
Namun jangan khawatir! Karena ada upaya yang dilakukan untuk mencegah *carpal tunnel syndrome*, yaitu

12. Full text “dengan melakukan” lalu diikuti dengan tulisan capital 7 *exercises* dengan bigger font size.
(detail: Sissons, 2021)



Dengan melakukan 7 *exercises* atau 7 gerakan peregangan.

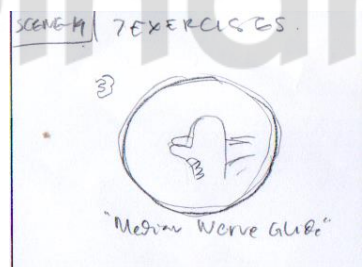
13. Tulisan 7 *exercises* mengecil lalu terletak di upper section pada layout dan muncul (in-out) gerakan pertama pada middle section kemudian berpindah kesamping dan digantikan dengan gerakan kedua. Sebelum berganti scene dua gerakan itu nanti berjejer. (detail: ketika muncul gerakan nanti di bubble lalu blur background)



Gerakan pertama adalah (**Wrist Extension**) yaitu posisi dimana telapak tangan kanan menghadap kedepan dan tangan kiri menarik jari tangan kanan kearah tubuh secara perlahan selama 15 detik dalam 5 set dan sebaliknya.

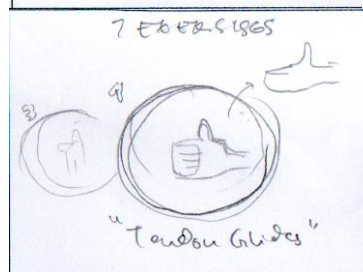
Gerakan kedua adalah (**Wrist Flexion**) yaitu posisi dimana bagian atas tangan kanan menghadap kedepan dan tangan kiri menarik jari tangan kanan kearah tubuh secara perlahan selama 15 detik dalam 5 set dan sebaliknya.

14. Masih ada tulisan 7 *exercises* dengan template scene sama seperti sebelumnya.

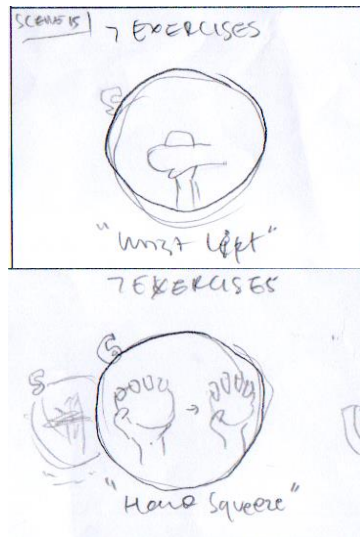


Gerakan ketiga adalah (**Median Nerve Glide**) yaitu posisi dimana telapak tangan kanan menghadap kearah tubuh dengan posisi meregang lalu tangan kiri menekan ibu jari kearah luar lakukan dilakukan 3-7 detik 10-15 kali sehari.

Gerakan keempat adalah (**Tendon Glides**) yaitu posisi meluruskan 4 jari tangan lalu secara perlahan dikepalkan kembali, yang dilakukan selama 3 detik sebanyak 5-10 kali dalam 1 set, lakukan gerakan ini 2 hingga 3 kali dalam sehari.



15. Masih ada tulisan 7 exercises dengan *template scene* sama seperti sebelumnya.



Gerakan kelima adalah (**Wrist Lift**) yaitu posisi dimana telapak tangan kiri menekan bagian atas dari tangan kanan selama 5 detik sebanyak 10 kali dalam 1 set dan sebaliknya.

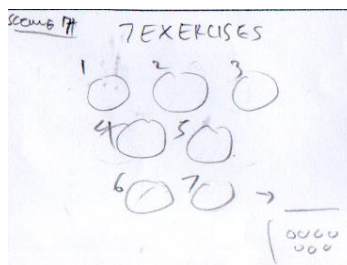
Gerakan keenam adalah (**Hand Squeeze**) yaitu posisi dimana tangan mengepalkan suatu benda yang sifatnya lentur selama 5 detik sebanyak 10 kali dalam 3 set dan sebaliknya, latihan ini digunakan untuk meregangkan otot lengan bawah.

16. Masih ada tulisan 7 exercises dengan *template scene* sama seperti sebelumnya namun fokus hanya pada gerakan terakhir.

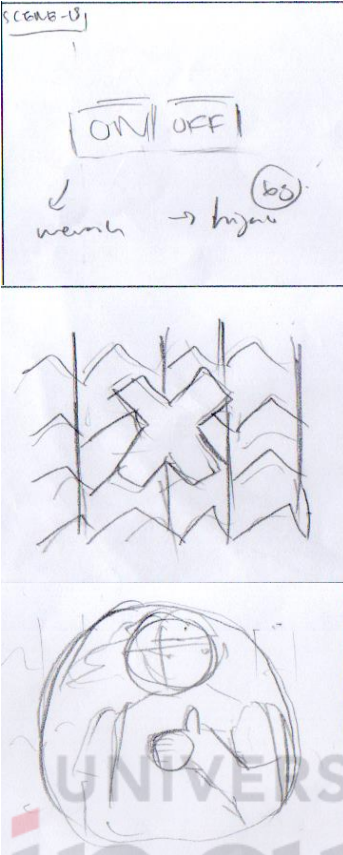


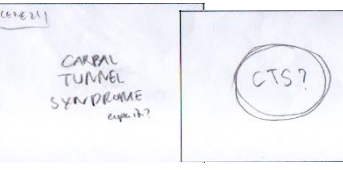


Lalu gerakan yang terakhir adalah (**Wrist Stretch With Weights**) yaitu posisi dimana tangan mengangkat beban seperti barbell ataupun benda apasaja yang sifatnya padat dan cukup berat, siku menempel pada bidang datar lalu secara perlahan naik turunkan tangan sebanyak 10 kali dalam 3 set, latihan ini digunakan untuk meregangkan otot lengan atas.

17. Muncul ketujuh gerakan latihan peregangan atau 7 exercise tadi dalam bentuk *bubble* dengan tulisan 7 exercises di *upper middle section*.



Inilah ketujuh gerakan peregangan atau *stretching exercises* yang dapat dilakukan.

<p>18. Muncul ilustrasi vektor tombol <i>on and off</i> dengan bagian <i>on</i> berwarna hijau dan <i>off</i> merah serta <i>text</i> “Waltu Tangan Beristirahat”. <i>Background</i> berulang muncul lagi lalu muncul tanda x besar dan ditumpuk dengan karakter tersenyum dengan mengacungkan ibu jari.</p>		<p>Usaha ini dilakukan untuk memberikan tangan waktu beristirahat di sela-sela waktu bekerja yang panjang. Selain itu usaha ini juga untuk menghindari gerakan konstan atau berulang yang dapat memicu CTS.</p>
<p>19. Muncul karakter dan karakter yang menggunakan baju dokter</p>		<p>Namun apabila gejala yang timbul sudah tidak tertahankan lagi atau ketika gejala semakin sering terjadi sebaiknya segera pergi ke dokter untuk mendapatkan tindakan lebih lanjut.</p>
<p>20. <i>Scene</i> menunjukkan karakter terseyum dengan <i>background</i> bunga yang berputar untuk menggambarkan rasa bahagia dan sehat.</p>		<p>Yuk mari lakukan upaya pencegahan lebih dini agar terhindar dari resiko penyakit <i>Carpal tunnel syndrome</i>.</p>
<p>21. <i>Close scene</i>. Muncul logo <i>Carpal Tunnel Syndrome</i>, Apa itu?.</p>		<p>Efek <i>sound</i> klik.</p>

4.5 Perencanaan Media

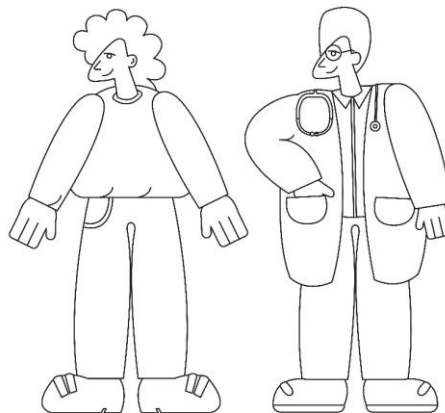
4.5.1 Strategi Media

Media utama dari penelitian ini adalah video *motion graphic* mengenai *carpal tunnel syndrome* berikut dengan etiologi, gejala, resiko serta upaya pencegahan. *Motion graphic* ini ditujukan untuk masyarakat usia 20-30 tahun. *Motion graphic* ini juga menjadi media utama dari kampanye sosial dengan judul “*Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*” dan media pendukung yang digunakan meliputi *pre-media* yaitu *feeds* pada media sosial intagram dan *follow-up media* yaitu pin enamel, stiker, totebag dan poster.

4.5.2 Perancangan Desain

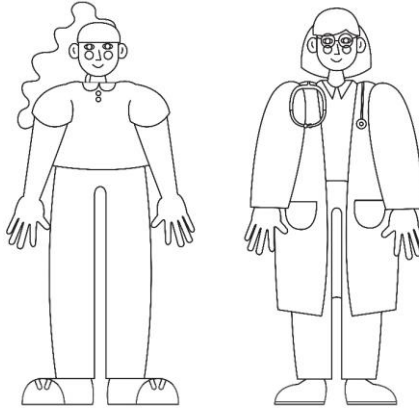
1. Sketsa Desain Karakter

Menggunakan 2 alternatif desain dimana karakter yang digunakan yaitu seorang perempuan dan dokter. Setiap karakter akan mengenakan pakaian santai serta akan menggunakan beragam jenis pakaian untuk menyesuaikan dengan isi dari *storyline*. Setiap bentuk kepala dari karakter akan tetap mengikuti atau stabil sedangkan pada proporsi bagian tubuh akan dibuat lebih fleksibel. Dari *keyword captivating* yang didapatkan sebelumnya maka bentuk ilustrasi karakter yang dipilih adalah yang tidak biasa atau tidak umum dan berbeda dengan 2 karakter yang digunakan pada video kompetitor agar lebih menarik.



Gambar 4.7 Alternatif Desain Karakter 1, 2022

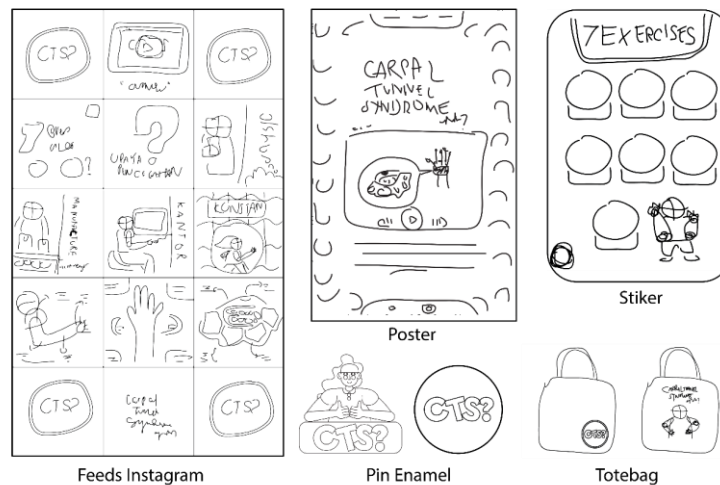
Pada alternative desain karakter pertama adalah seorang perempuan yang dibuat dengan gaya sedikit lebih tomboi dan mengenakan pakaian kasual, bentuk wajah dibuat berbentuk segitiga terbalik. Pada karakter dokter merupakan seorang laki-laki dengan karakteristik wajah sama dengan karakter pertama.



Gambar 4.8 Alternatif Desain Karakter 2, 2022

Pada desain karakter pertama dan kedua adalah sama perempuan dengan gaya yang dibuat sedikit lebih feminim dari alternatif desain karakter 1, bentuk wajah dibuat normal atau pada umumnya. Pada desain ini lebih menonjolkan detail-detail pada karakter.

2. Sketsa Media Pendukung



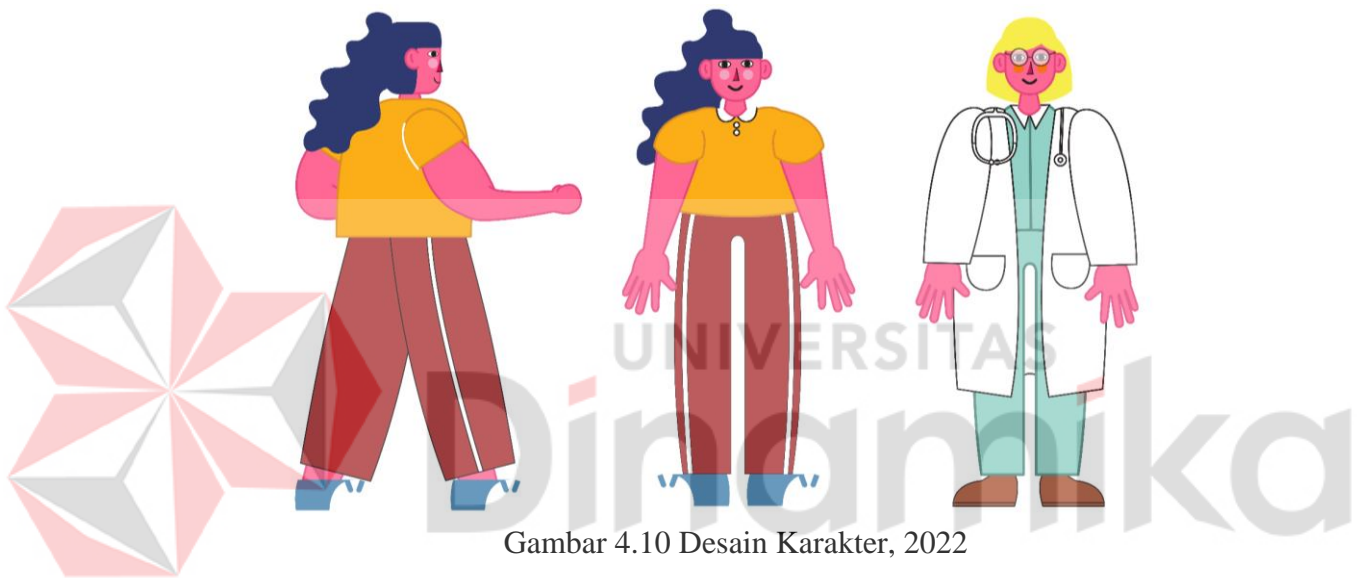
Gambar 4.9 Sketsa Media Pendukung, 2022

Media pendukung yang digunakan meliputi *feeds* pada media sosial Instagram sebagai pre-media lalu poster, stiker, pin enamel dan totebag sebagai *follow-up* media. Desain dan elemen yang digunakan berhubungan dengan topik penelitian ini yaitu *carpal tunnel syndrome*.

4.5.3 Implementasi Karya

1. Karakter

a. Desain Karakter



Gambar 4.10 Desain Karakter, 2022

b. Konsep Karakter

Dari alternatif desain yang telah dibuat sebelumnya, alternatif desain nomor 2 adalah desain yang terpilih sebagai karakter utama dalam video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun. Desain karakter pada alternatif 2 ini terpilih lebih memiliki *figure* pada bagian tubuh yang lebih jelas selain itu karakter lebih terkesan *nice* daripada desain pada alternatif 1. Pemilihan warna pada karakter mengacu pada *palette* skema warna *rich* yang menggunakan warna merah, kuning, merah muda, biru dan hijau. Selain itu desain ini juga sesuai dengan *keyword captivating*. Terdapat dua karakter, karakter pertama adalah karakter utama dalam video *motion graphic* ini yang merupakan seorang perempuan sedangkan karakter

kedua adalah karakter dokter yang juga seorang perempuan. Perempuan dipilih karena *carpal tunnel syndrome* lebih banyak diderita oleh perempuan daripada laki-laki dengan perbandingan 3:1.

2. Media Utama

Media utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun. Berikut adalah beberapa *scene* yang diambil dari video *motion graphic* dengan judul “*Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*”:

a. Adegan Pembuka



Gambar 4.11 Scene 1, 2022

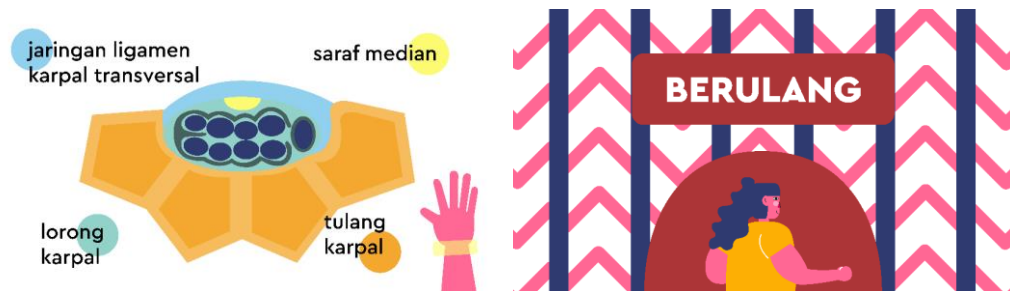
Pada *scene* 1 atau adegan pembuka diawali dengan menunjukkan karakter yang sedang melakukan beberapa kegiatan yang berbeda, pertama adalah kegiatan bekerja didepan komputer lalu yang kedua adalah pekerja pabrik atau *manufacture* dan yang ketiga adalah yang bekerja secara *remote* atau menggunakan *handphone*. Aktivitas ini dipilih karena merupakan aktivitas yang memiliki resiko terkena *carpal tunnel syndrome* lebih besar.



Gambar 4.12 Scene 2-4, 2022

Pada *scene* ini menunjukkan gejala umum yang ditimbulkan setelah melakukan 3 aktifitas sebelumnya dan mulai masuk pada pembahasan utama sesuai dengan judul yaitu *Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*.

b. Adegan Penjelasan



Gambar 4.13 *Scene* 5-6, 2022

Pada *scene* ini menjelaskan tentang etiologi dari *carpal tunnel syndrome* yaitu pembengkakan pada jaringan ligament karpal transversal sehingga mengompresi saraf media yang diakibatkan dari gerakan berulang atau konstan secara terus-menerus.



Gambar 4.14 *Scene* 7-8, 2022

Pada *scene* ini menjelaskan tentang gejala klinis yang ditimbulkan dan tes fisik sederhana (*Tinel test* dan *Phalen Test*) yang dapat dilakukan untuk dapat mengetahui CTS secara mandiri



Gambar 4.15 Scene 9-11, 2022

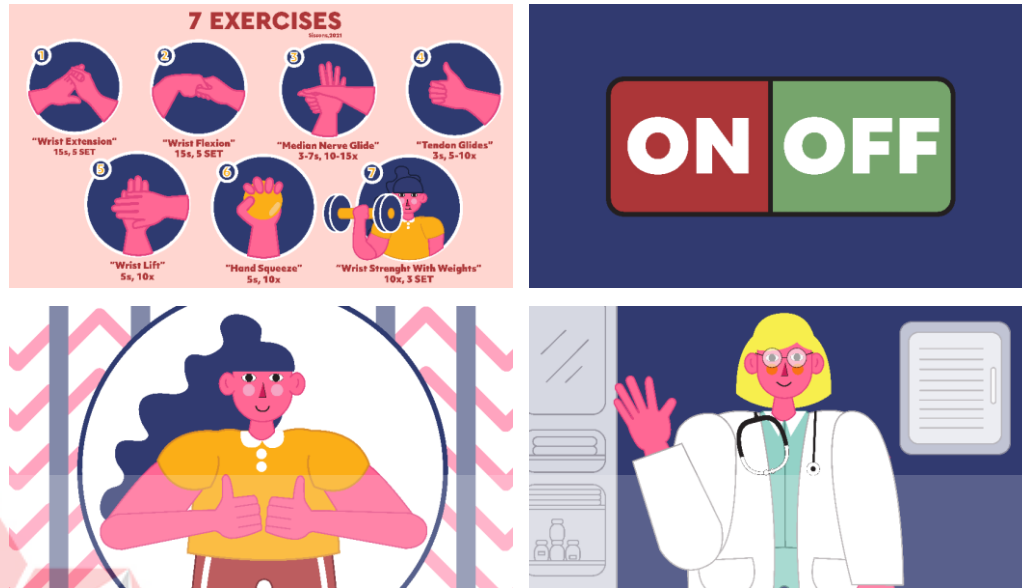
Pada *scene* ini menjelaskan tentang resiko yang dapat dialami bagi penderita *carpal tunnel syndrome* dimulai dari resiko yang *mild* hingga resiko terburuknya yang dilanjutkan dengan *scene* pembuka untuk adegan utama.

c. Adegan Utama



Gambar 4.16 Scene 12-16, 2022

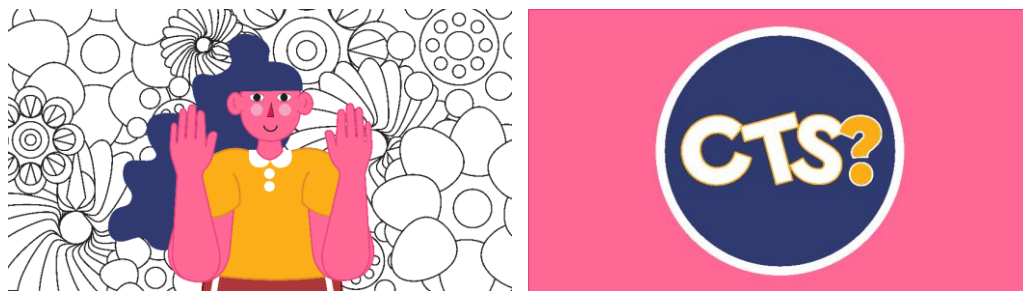
Pada *scene* ini menunjukkan upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari resiko terkena penyakit *carpal tunnel syndrome* berikut dengan penjelasan pada 7 *exercises* atau peregangan yang dijelaskan satu-satu.



Gambar 4.17 *Scene* 17-19, 2022

Pada *scene* ini menunjukkan 7 *exercises* yang sudah dijelaskan tadi digabungkan dengan gerakan lainnya seperti pada gambar diatas kemudian *scene* dilanjutkan dengan penjelasan tentang alasan mengapa diperlukan *exercises* ini. *Scene* selanjutnya menunjukkan karakter dokter yang dibutuhkan apabila gejala-gejala dari *carpal tunnel syndrome* semakin sering terjadi dan sudah tidak tertahankan lagi.

d. Adegan Penutup

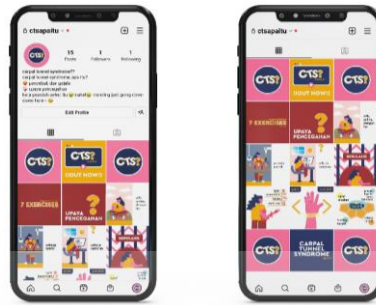


Gambar 4.18 *Scene* 20-21, 2022

Pada *scene* ini menunjukkan karakter yang melakukan ajakan untuk melakukan upaya pencegahan terhadap *carpal tunnel syndrome* ini lebih dini lalu *scene* dilanjut dengan tag *Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?* Yang muncul dan diikuti dengan logo dari kampanye sosial ini. Durasi keseluruhan dari *motion graphic* ini adalah 04:07 menit.

3. Media Pendukung

a. Feeds Media Sosial Instagram



Gambar 4.19 Feeds Instagram, 2022

Feeds pada media sosial Instagram digunakan sebagai pre-media dimana pada *post* pertama dimulai dengan menggunakan tag *Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*, lalu dilanjutkan dengan pengenalan, aktifitas yang memberikan dampak pengaruh terbesar dalam resiko terkena *carpal tunnel syndrome* lalu dilanjutkan dengan *post* yang memberikan *clue* atau *tease* pada target *audiences* tentang upaya pencegahan yang dapat dilakukan kemudian pada *post* selanjutnya menunjukkan logo dari kampanye sosial ini yang mengait *post* untuk video *motion graphic* tentang *carpal tunnel syndrome* dan diarahkan pada link *youtube* untuk versi *full-version*.

b. Akun Media Sosial

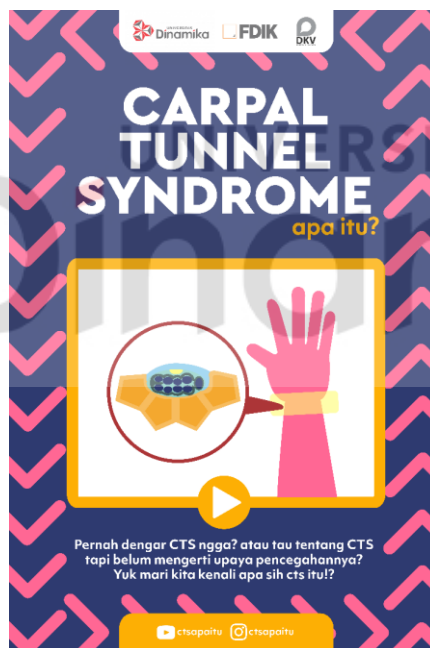
Sosial media digunakan sebagai perantara medium penyampaian informasi kampanye sosial tentang *carpal tunnel syndrome* ini. Sosial media yang digunakan ada 2 yaitu Instagram dan YouTube. Instagram digunakan sebagai medium untuk mengunggah *feeds* atau pre-media dalam kampanye sosial ini sedangkan YouTube digunakan sebagai medium untuk mengunggah *main*

media dalam kampanye sosial ini yaitu *video motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun. Nama akun Instagram dan YouTube adalah @ctsapaitu.



Gambar 4.20 Akun Media Sosial, 2022

c. Poster



Gambar 4.21 Desain Poster, 2022

Poster berukuran A3 dengan menampilkan unsur dan elemen yang ada pada *video motion graphic carpal tunnel syndrome*. Poster menggunakan ilustrasi tangan dan bagian pada *carpal tunnel syndrome* karena CTS adalah penyakit yang diakibatkan oleh saraf median yang terkompresi lalu menunjukkan

button play untuk memberikan detail tentang *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* dan dikelilingi oleh ilustrasi panah yang menunjukkan gambar berulang karena CTS merupakan penyakit yang diakibatkan dari gerakan konstan.. Poster ini akan digunakan pada *instastory* dan bagian *community* di YouTube.

d. Totebag



Gambar 4.22 Desain Totebag, 2022

Pada desain totebag menggunakan 2 design yaitu desain dengan logo dari kampanye sosial ini lalu yang kedua desain dengan karakter utama pada video *motion graphic* dan tag “*Carpal Tunnel Syndrome, Apa itu?*”.

e. Pin Enamel

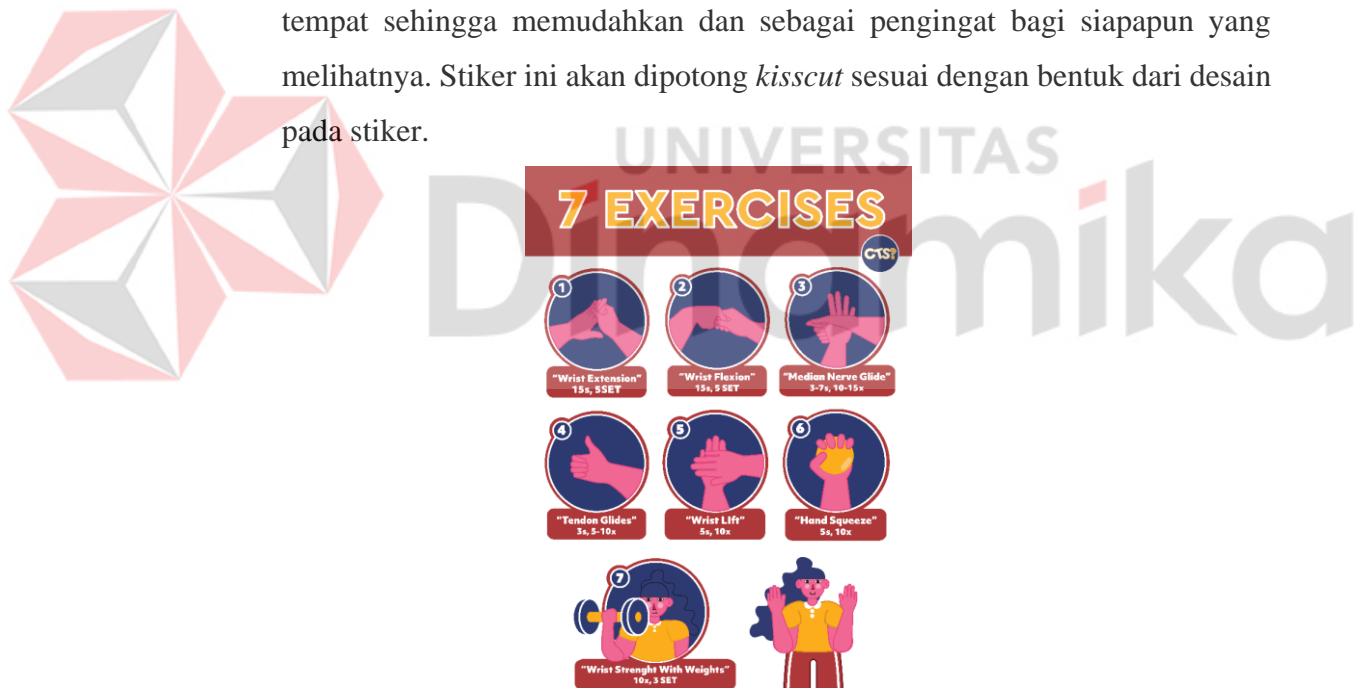
Pin enamel merupakan pin yang menggunakan bahan baku logam. Pada pin enamel ini menggunakan 2 jenis desain yaitu desain dengan karakter utama dan logo kampanye sosial ini tanpa menggunakan *bubble*, sedangkan pada desain kedua adalah desain logo pada kampanye sosial ini saja. Pin ini menggunakan *plating silver* dengan pengait pin.



Gambar 4.23 Desain Pin Enamel, 2022

f. Stiker

Dan yang terakhir dari media pendukung adalah stiker. Desain pada stiker menggunakan 7 Exercises dengan tujuan agar dapat ditempel di berbagai tempat sehingga memudahkan dan sebagai pengingat bagi siapapun yang melihatnya. Stiker ini akan dipotong *kisscut* sesuai dengan bentuk dari desain pada stiker.



Gambar 4.24 Desain Stiker, 2022

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah penulis lakukan kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa perancangan *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* untuk usia 20-30 tahun dilakukan dengan analisis masalah yang ada pada masyarakat. Hasil data yang didapatkan melalui observasi, wawancara, studi literasi dan studi kompetitor menunjukkan bahwa banyak masyarakat yang abai terhadap gejala *carpal tunnel syndrome*, kasus pada penyakit *carpal tunnel syndrome* kebanyakan menunjukkan pola yang sama yaitu tidak sadar akan gejala dan tidak mengetahui tentang adanya penyakit *carpal tunnel syndrome* ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk merancang *motion graphic* tentang upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* sehingga dapat meningkatkan *awareness* masyarakat terhadap penyakit ini agar setiap individual dapat melakukan tindakan pencegahan dini untuk menghindari dampak resiko terkena penyakit *carpal tunnel syndrome* ini. Implementasi *key communication message captivating* yang didapatkan dari data-data yang sudah diambil diaplikasikan pada hasil karya dalam penelitian ini dengan arti dapat memikat atau *engaging* dengan subjek atau objek yang dituju diaplikasikan pada seluruh hasil karya dalam penelitian ini yang meliputi video *motion graphic* sebagai upaya pencegahan *carpal tunnel syndrome* dan media pendukung *feeds* Instagram, poster, totebag, pin enamel dan stiker.

5.2 Saran

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan *awareness* terhadap penyakit *carpal tunnel syndrome* namun *exposure* pada penyakit ini sendiri masih kurang karena belum banyak yang menggunakan topik ini. Peneliti berharap pada peneleti selanjutnya agar dapat membawa topik ini dengan solusi masalah pada hasil karya yang lebih kreatif dan baik lagi agar tujuan untuk meningkatkan *awareness* masyarakat terhadap *carpal tunnel syndrome* dapat tercapai dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alatas, S.S. (2020) 'Perancangan Motion Graphic Iklan Layanan Aplikasi Garuda Kasir Sebagai Media Promosi Di Sosial Media', *Journal Of Applied Multimedia and Networking*, 4(2), pp. 76–85. doi:10.30871/jamn.v4i2.2525.
- Barlian, E. (2016) *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. 1st edn. Edited by S. Jumiati. Padang: Sukabina Press. doi:10.31227/osf.io/aucjd.
- Betancourt, M. (2013) *The History of Motion Graphics*. Wildside Press.
- Fecher, T. (2017) *Motion Graphics Design Academy - The Basics*. 01 edn. crossfeyer.
- Listya, A. (2018) 'Konsep dan Penggunaan Warna dalam Infografis', *Jurnal Desain*, 6(01), p. 10. doi:10.30998/jurnaldesain.v6i01.2837.
- Maulana, H. and Zarassita, D. (2017) 'Pembuatan Brand Mark dan Motion Graphic Logo pada Rebranding Project PT Astra Graphia Information Technology', *Jurnal Multinetics*, 3(2), p. 19.
- Moore, W. (2021) *How Do You Treat Carpal Tunnel Syndrome?*, WebMD. Available at: <https://www.webmd.com/pain-management/carpal-tunnel/treat-carpal-tunnel-syndrome> (Accessed: 8 April 2022).
- Nisak, Z. (2013) 'Analisis SWOT untuk menentukan strategi kompetitif', *Jurnal Ekbis*, 9(2), pp. 468–476.
- Pangestu, R. (2019) 'Penerapan Kampanye Sosial dalam Desain Komunikasi Visual', *Besaung : Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 4(2). doi:10.36982/jsdb.v4i4.796.
- Permatasari, U.I. and Arifin, A.N. (2021) 'Hubungan Lama Dan Masa Kerja Terhadap Risiko Terjadinya Carpal Tunnel Syndrome (CTS) Pada Staff Administrasi Pengguna Komputer: Narrative Review', *Journal Physical Therapy UNISA*, 1(1), pp. 33–39. doi:10.31101/jitu.2018.
- Putri, G.N. (2018) *Perancangan Buku Ilustrasi Tentang Quarter-Life Crisis Untuk Dewasa Muda Usia 20-30 Tahun*. Universitas Multimedia Nusantara. Available at: <http://kc.umh.ac.id/id/eprint/7814>.
- Putri, W.M., Iskandar, M.M. and Maharani, C. (2021) 'Gambaran Faktor Risiko Pada Pegawai Operator Yang Memiliki Gejala Carpal Tunnel Syndrome Di RSUD Abdul Manap Tahun 2020', *MEDIC*, 4, pp. 206–217.
- Rahman, F. (2020) 'Studi Kasus: Program Fisioterapi Pada Carpal Tunnel Syndrome', *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi*, 4(2), pp. 58–66.

- Redzwan Habib, K. (2017) 'Estimation of Carpal Tunnel Syndrome (CTS) Prevalence in Adult Population in Western European Countries: A Systematic Review', *European Journal of Clinical and Biomedical Sciences*, 3(1), p. 13. doi:10.11648/j.ejcb.20170301.13.
- Riccò, M., Cattani, S. and Signorelli, C. (2016) 'Personal risk factors for carpal tunnel syndrome in female visual display unit workers', *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 29(6), pp. 927–936. doi:10.13075/ijomeh.1896.00781.
- Saptodewo, F. (2014) 'Desain Infografis Sebagai Penyajian Data Menarik', *Jurnal Desain*, 1, pp. 163–218.
- Sayyed, N. (2018) *Cases of carpal tunnel syndrome are on the rise, have doubled in last five years, say doctors*, *Hindustan Times*. Available at: <https://www.hindustantimes.com/pune-news/cases-of-carpal-tunnel-syndrome-are-on-the-rise-have-doubled-in-last-five-years/story-0oFmicWYTLkrcXsalXIBQN.html> (Accessed: 7 April 2022).
- Setyawan, H. (2017) 'Risk Factors of Carpal Tunnel Syndrome in Food-Packing Workers Karanganyar', *Kesmas: National Public Health Journal*, 11(3). doi:10.21109/kesmas.v11i3.1185.
- Sevy, J.O. and Varacallo, M. (2022) *Carpal Tunnel Syndrome*. Treasure Island (FL): StarPearlsPublishing. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK448179/>.
- Siregar, F. (2017) 'Pembuatan Media Komunikasi Menggunakan Motion Graphic untuk Sosialisasi Job Family pada Bank Indonesia', *Jurnal Desain*, 4(03), p. 174. doi:10.30998/jurnal desain.v4i03.1860.
- Sissons, B. (2021) *7 hand exercises for carpal tunnel syndrome with pictures*, *MedicalNewsToday*. Available at: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/hand-exercises-for-carpal-tunnel> (Accessed: 8 April 2022).
- Suharyanto, F. (2004) 'Carpal Tunnel Syndrome Pada Pekerja Garmen di Jakarta', *Buletin Penelitian Kesehatan*, 32, pp. 73–82.
- Sukadana, I.K.R., Sarjono, S. and Yahya, S. (2021) 'Media Pengenalan Aksara Bali untuk Sekolah Dasar Kelas Rendah Berbasis Motion graphic', *MAVIS: Jurnal Desain Komunikasi Visual*, 3(02), pp. 59–64. doi:10.32664/mavis.v3i02.617.
- Utomo, B.P. (2020) 'Video Profil SMK Animasi Bina Nusantara Batam Berbasis Motion Graphic', *Journal of Applied Multimedia and Networking*, 4(1), pp. 7–14. doi:10.30871/jamn.v4i1.1630.

Weny *et al.* (2019) 'Analisis Pelaksanaan Pelatihan Dan Pendidikan Pada PT . Bimasakti Mahawira Medan', *Seminar Nasional Teknologi Komputer & Sains (SAINTEKS)*, (Januari), pp. 87–91.

Wijaya, P. (2004) 'Tipografi Dalam Desain Komunikasi Visual', *Nirmana*, 1. doi:10.9744/nirmana.1.1.



UNIVERSITAS
Dinamika