

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

Firdausin Awalia 1) Dhika Yuan Yurisma, 2) Darwin Yuwono,  
S1 Desain Komunikasi Visual

Universitas Dinamika Jl. Kedung Baruk no. 98 Surabaya, 60298

Email : 1) [18420100062@dinamika.ac.id](mailto:18420100062@dinamika.ac.id), 2) [Dhika@dinamika.ac.id](mailto:Dhika@dinamika.ac.id), 3) [Darwin@dinamika.ac.id](mailto:Darwin@dinamika.ac.id),

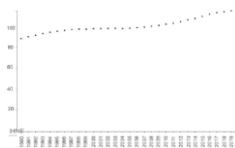
Gangguan pola makan di Indonesia masih sering dianggap suatu masalah yang besar salah satunya *Anoreksia Nervosa*. *Anoreksia Nervosa* adalah gangguan pola makan yang disebabkan oleh kesalahan dalam memandang berat badan yang ditandai dengan berat badan yang turun drastis akibat melakukan penurunan berat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

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

## PENDAHULUAN

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

Menurut Gabriela Angelika dan Stanislaus Kuntjoro, (2021) berdasarkan



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

Dikutip dari laman honestdoc menurut Dr. Scientia Inukirana (2020) pasien yang paling sering mengalami *Anoreksia Nervosa* tersebut adalah remaja dan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Ketika memasuki usia remaja, terlebih lagi masa pubertas.

Dimana tahapan seorang remaja mulai mencari jati diri, sehingga remaja perempuan akan sangat lebih cemas jika berat badannya bertambah, karena mereka akan mengalami penambahan jaringan lemak sehingga hal tersebut dapat dengan mudah menyebabkan remaja perempuan menjadi lebih mudah untuk gemuk apabila makanan yang dikonsumsi mengandung banyak kalori yang tinggi (Hetty Krisnani, Meilanny Budiarti Santoso, dan Destin Putri, 2017).

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

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

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

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

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

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

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

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

Pada perancangan media kampanye sosial tersebut, peneliti akan menggunakan Teknik penataan es untuk pencegahan *Anoreksia Nervosa* pada remaja Usia 15 – 18 tahun tersebut peneliti akan lebih menekankan pesan untuk penerimaan dan mencintai diri sendiri dengan melakukan perubahan sewajarnya agar tidak

berlebihan, juga untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya dari *Anoreksia Nervosa* melalui *E-book* ilustrasi berbasis infografis.

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

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

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

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

## METODOLOGI

### Jenis Penelitian

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

juga dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

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

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

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

Lokasi penelitian akan dilakukan di Unit Psikologi Klinis Universitas Airlangga Surabaya untuk mendapatkan data-data lapangan dalam penelitian ini sehingga diperlukan untuk melakukan wawancara Psikologi untuk mendapatkan informasi yang relevan mengenai pencegahan *Anoreksia Nervosa*.

### **Teknik Pengumpulan Data**

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

#### **1) Observasi**

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

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

#### **2) Wawancara**

Wawancara Bentuk pengumpulan data kualitatif yang paling digunakan adalah metode wawancara.

Wawancara merupakan suatu komunikasi yang dilakukan oleh individu dengan cara mengajukan berbagai pertanyaan dengan tujuan mendapatkan informasi tertentu (Sukardi, 2006).

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

#### **3) Dokumentasi**

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

#### **4) Studi Literatur**

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

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

### **Teknik Analisis Data**

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

#### **1) Reduksi**

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

#### **2) Penyajian**

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

### 3) Penarikan Kesimpulan

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

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Reduksi

#### 1) Observasi

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

#### 2) Wawancara

Setelah melakukan wawancara dengan 3 narasumber tersebut sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya *Anoreksia Nervosa* merupakan salah satu gangguan pola makan yang disebabkan oleh persepsi yang salah terhadap memandang bentuk tubuh yang ideal, sehingga seseorang akan selalu merasa kurang karena pola pikir yang salah. *Anoreksia Nervosa* paling rentan terindikasi pada usia remaja dan dewasa awal dimana sedang mengalami fase pencarian jati diri dan selalu ingin tampil sempurna, dengan ciri-ciri selalu mengutamakan penampilan hal tersebut terbukti dari perilaku siswi di SMKN 10 Surabaya, memang untuk spesifik terdiagnosa *Anoreksia Nervosa* belum ada namun, beberapa diantaranya memiliki ciri-ciri yang mengarah pada *Anoreksia Nervosa*. Untuk penanganannya dilakukan bersinergi antara psikolog sebagai terapi dan ahli gizi sebagai upaya penyembuhan untuk kesehatannya.

Sedangkan untuk pencegahan dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi terhadap remaja mengenai seputar *Anoreksia Nervosa* terkait pengertian dan bahayanya agar mereka mengetahui adanya gangguan pola makan tersebut sehingga tidak sampai mengarah kesana, selain itu juga adanya ajakan atau motivasi untuk mencintai dan menerima diri untuk tidak melakukan perubahan secara berlebihan sebagai upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa*.

#### 3) Dokumentasi

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

mengarah pada *Anoreksia Nervosa* atau tidak.

### 4) Studi Literatur

Studi literatur yang digunakan oleh peneliti didapatkan dari buku dan jurnal dimana dalam buku "Psikologi Remaja" disebutkan bahwasanya pada masa remaja memang masa dimana individu dalam pencarian jati diri, emosi yang masih belum stabil dan sempurna serta masih belum mengetahui mana pilihan yang benar-benar baik untuknya atau bukan sehingga sering kali terjerumus pada keputusan yang salah.

Sedangkan pada jurnal telah disebutkan *Anoreksia Nervosa* merupakan gangguan pola makan dimana individu terobsesi dengan tubuh yang ideal serta terobsesi dengan tubuh yang kurus, dan untuk mencapai hal tersebut ia melakukan perubahan secara berlebihan padahal masih banyak yang belum mengetahui dampaknya, dampaknya pun cukup besar karena dapat menyebabkan kematian. Untuk penanganannya juga tidak dapat dilakukan oleh salah satu bidang saja namun, cukup bersinergi seperti terapi psikolog dan dibantu dengan konsultasi dengan seorang ahli gizi untuk mengembalikan berat badan yang ideal. Masyarakat di Jawa Timur masih sering menganggap gangguan pola makan bukanlah sesuatu masalah yang besar karena kurangnya sosialisasi serta edukasi mengenai hal tersebut sehingga dapat menjadi salah satu faktor angka kasus gangguan pola makan meningkat pada setiap tahun.

### Penyajian Data

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

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

### Penarikan Kesimpulan

Peneliti telah melakukan beberapa tahapan analisa data seperti reduksi data observasi hingga penyajian data yang telah dikumpulkan, sehingga dari beberapa tahapan tersebut dapat diambil kesimpulan

bahwasanya usia remaja merupakan usia yang paling rentan mengalami *Anoreksia Nervosa* sehingga perlu adanya media edukasi mengenai seputar *Anoreksia Nervosa* agar tidak sampai mengarah pada gangguan pola makan tersebut. Media tersebut dalam bentuk *e-book* ilustrasi dengan basis infografis sebagai upaya pencegahan *Anoreksia Nervosa* terhadap remaja usia 15 – 18 tahun dimana pada usia tersebut sudah tidak asing dan kesulitan untuk mengakses *e-book* karena pembelajaran di sekolah pun juga beralih pada media tersebut.

**Konsep atau Keyword**

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

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

**1. Segmentasi**

- a. Geografis
  - 1) Negara : Indonesia
  - 2) Teritorial : Jawa Timur
  - 3) Distrik : Surabaya
  - 4) Kepadatan Populasi : Kota besar
- b. Demografis
  - 1) Usia : 15 – 18 tahun
  - 2) Jenis Kelamin : Perempuan
  - 3) Pendidikan : SMA/SMK Sederajat
  - 4) Profesi : Pelajar
- c. Psikografis

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

**2. Targeting**

Dalam penelitian ini peneliti menekankan target sasarannya kepada remaja usia 15 – 18 tahun yang masih belum mengetahui tentang *Anoreksia Nervosa*, gejala, ciri-ciri dan seberapa besar bahaya yang disebabkan oleh *Anoreksia Nervosa*. Selain itu juga khususnya untuk remaja perempuan usia 15-18 tahun yang menyadari betapa pentingnya Kesehatan dalam dirinya.

**3. Positioning**

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

**Unique Selling Proposition (USP)**

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

**Analisis SWOT (Strength, Weakness, Opportunity, Threat)**

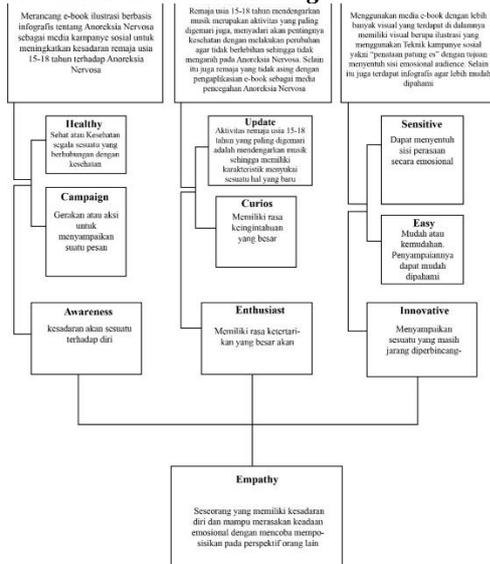
Analisis SWOT dilakukan peneliti untuk mencari informasi mengenai *Strength, Weakness, Opportunities*, dan *Threats* dari suatu produk. Analisis SWOT merupakan strategi bisnis atau proyek. Strategi bisnis yang efektif dapat memperhatikan factor internal dan eksternal. Berikut SWOT yang disusun oleh peneliti:

Tabel 4.1 Tabel Analisis SWOT

<b>Internal</b>	<b>Strength</b>	<b>Weakness</b>
<b>Eksternal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dapat menjadi media edukasi terhadap para remaja mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i>.</li> <li>- Menjadi media kampanye sosial sebagai ajakan untuk meningkatkan kesadaran diri agar tidak melakukan perubahan diri secara berlebihan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kurangnya sosialisasi atau media edukasi mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i> mengenai faktor penyebab, bahaya dan pencegahannya.</li> <li>- Kasus gangguan pola makan di Jawa timur terus meningkat 114 kasus per 100 ribu penduduk (tahun 2019)</li> </ul>
	<b>Opportunity</b>	<b>S-O</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Media edukasi mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i> masih jarang ditemukan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Media <i>e-book</i> sebagai penyampaian materi tentang <i>Anoreksia Nervosa</i> dan pencegahannya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>E-book</i> akan dijadikan sebagai media untuk mensosialisasikan juga bentuk dari media kampanye</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Media edukasi pada ruang lingkup Pendidikan sudah beralih pada media digital seperti <i>e-book</i></li> <li>- Instagram salah satu platform yang dapat digunakan sebagai media pendukung kampanye sosial karena sering diakses oleh remaja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menggunakan platform media sosial yaitu feed Instagram sebagai media pendukung.</li> </ul>	sosial mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memanfaatkan media sosial seperti Instagram, agar dapat menjadi sumber informasi dengan harapan agar remaja dapat mengetahui dan meningkatkan kesadaran diri akan bahaya <i>Anoreksia Nervosa</i></li> </ul>
<b>Threat</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Masih banyak remaja juga masyarakat yang belum mengetahui <i>Anoreksia Nervosa</i></li> <li>- Remaja kurang tertarik dengan media edukasi yang cara penyampaian yang terlalu banyak literasi</li> </ul>	<b>S-T</b> <p>Menyampaikan materi seputar <i>Anoreksia Nervosa</i> melalui media <i>e-book</i> ilustrasi yang diminati oleh remaja dengan tujuan agar remaja lebih tertarik dengan penyampaian materi tersebut.</p>	<b>W-T</b> <p>Merancang <i>e-book</i> ilustrasi serta menjadikan sebagai media utama untuk penyampaian informasi mengenai <i>Anoreksia Nervosa</i>.</p>
<b>Strategi Utama:</b> Merancang <i>e-book</i> ilustrasi berbasis infografis tentang <i>Anoreksia Nervosa</i> sebagai upaya mencegah <i>Anoreksia Nervosa</i> , juga media kampanye sosial untuk meningkatkan kesadaran kepada remaja terhadap bahaya dan pencegahan <i>Anoreksia Nervosa</i> .		

### Keyword Communication Massage



### Deskripsi Konsep

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

### Konsep Karya

#### Konsep Perancangan Karya

Konsep perancangan karya merupakan suatu rangkaian dalam suatu perancangan berdasarkan pada

konsep yang telah ditentukan melalui keyword. *Keyword* tersebut telah ditentukan melalui Analisa STP, USP, SWOT sebelumnya.

### Tujuan Kreatif

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

### Strategi Kreatif

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

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

#### 1. Jenis Layout

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

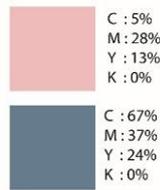
#### 2. Judul

Judul yang digunakan pada perancangan *e-book* ilustrasi dengan basis infografis sebagai mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15 – 18 tahun yaitu “*Am I Enough (I Am Enough)*”.

#### 3. Warna

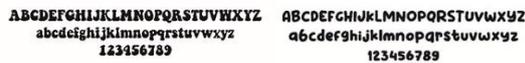
Pada perancangan *e-book* ilustrasi berbasis infografis ini menggunakan warna pink dan biru. Warna pink memiliki kesan yang feminin sehingga sesuai dengan target *audience* dimana untuk remaja perempuan, kemudian warna biru karena memiliki kesan kesedihan

dimana sesuai *keyword* yang telah ditentukan yaitu empati.



#### 4. Tipografi

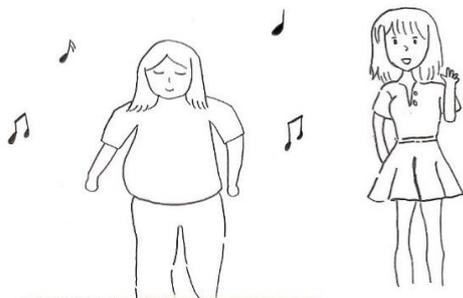
Pada perancangan *e-book* ilustrasi berbasis infografis sebagai upaya untuk mencegah *Anoreksia Nervosa* pada remaja usia 15-18 tahun ini peneliti menggunakan jenis huruf sans serif. Pemilihan jenis huruf tersebut memiliki tujuan yaitu agar lebih mudah terbaca ketika disajikan dalam *e-book*. Sehingga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



#### Strategi Media

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

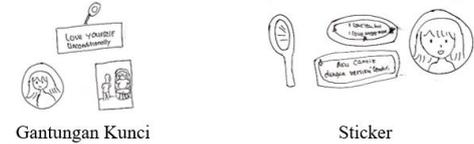
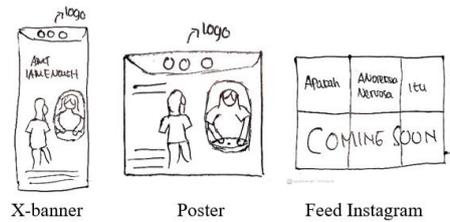
##### 1. Sketsa Karakter



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

##### 2. Sketsa Media Pendukung

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



### Implementasi Media

#### 1. Media Utama



Peneliti menggunakan media utama berupa *e-book* yang bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai *Anoreksia Nervosa* dengan ilustrasi pada *cover* buku dimana terdapat seorang yang merasa tidak puas akan perubahan dirinya.

Lalu, dibuka dengan perkenalan dari karakter dengan versi tubuhnya sudah berubah menjadi kurus sehingga pada halaman berikutnya akan memulai cerita pada awal perjuangannya menurunkan berat badan.

Kemudian pada halaman selanjutnya terdapat ilustrasi faktor penyebab ia melakukan perubahan pada dirinya hingga berlebihan dan menjadi sangat kurus.

Ditutup dengan sebuah kalimat yang menyentuh untuk meningkatkan kesadaran agar tidak melakukan perubahan secara berlebihan, karena memiliki dampak yang cukup berbahaya.

#### 2. Media Pendukung





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

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

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

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

Desain pada *sticker* hampir mirip dengan gantungan kunci namun, untuk kalimat motivasinya berbeda.

### Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti maka dapat ditarik kesimpulan bahwa gangguan pola makan *Anoreksia Nervosa* yang paling rentan terindikasi yakni remaja usia 15-18 tahun dan mayoritas perempuan. Sehingga pada perancangan *e-book* ini digambarkan dengan suatu cerita dimana keadaan seseorang yang mengalami gejala awal serta terdapat edukasi mengenai seputar *Anoreksia Nervosa*, bahaya serta pencegahannya dengan tujuan agar remaja dapat meningkatkan kesadaran diri untuk melakukan perubahan dengan sewajarnya agar tidak mengarah pada *Anoreksia Nervosa*. Pada media utama perancangan *e-book* tersebut dibuat lebih banyak visual daripada tulisan, selain itu juga terdapat infografis agar informasi atau materi mengenai *Anoreksia Nervosa* dapat lebih mudah dipahami.

### Saran

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

### Daftar Pustaka

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

Zainudin, A. (2021). *TIPOGRAFI*. Semarang:Yayasan  
Prima Agus Teknik, 1-131.