



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB III

METODOLOGI

3.1. Gambaran Umum

Penulis ingin membuat sebuah resep masakan untuk anak-anak dengan gaya ilustrasi, dimana terdapat sebuah karakter dan cerita mengenai 3 jenis sayuran yang kaya akan vitamin, lalu buku ini akan dirancang khusus untuk memasak. Yang dimaksud secara khusus adalah buku ini dapat berdiri diatas meja, sehingga memudahkan anak dalam membaca resep, hal ini penulis dapatkan berdasarkan wawancara terhadap 30 ibu rumah tangga di gramedia Sumarecon Mal Serpong, dan gramedia taman anggrek. Menurut banyak ibu- ibu saat mereka diwawancara banyak yang berpendapat bahwa buku ini menarik.

Konten yang akan dibuat adalah terdapat cerita mengenai 3 sayur yang sangat kaya, tetapi kaya yang dimaksud adalah kaya akan vitamin dan mineral. Dalam cerita ini yang akan terdapat pesan mengenai kesehatan anak, seperti “menjadi kuat” atau “mata yang sehat” dengan menggunakan kata-kata yang mudah dipahami dan diikuti oleh anak-anak. Visualisasi akan menggunakan warna yang cerah dan style vektor

3.1.1 Wawancara

Wawancara dilakukan terhadap 2 narasumber yaitu Psikolog Ibu Jovita Maria Ferliana, M.Psi, Psikolog pada tanggal 21 Oktober 2014 di Universitas Ukrida untuk mendapatkan data atau informasi mengenai anak-anak yang tidak suka makan sayur dan bagaimana solusi yang tepat untuk mengatasi hal tersebut. Hasil wawancara dengan narasumber Psikolog anak Ibu Jovita, sebagai berikut :

1. Fenomena anak tidak suka makan sayur ?

Sebaiknya dari usia dini hal ini harus segera diperbaiki, karena usia dini sangat penting untuk makan sayur, mereka dapat diedukasi dengan fungsi- fungsi dari sayur-sayuran dan membuat menarik makanan tersebut agar mereka mau makan sayur, selain itu gunakan kata-kata kesehatan, dengan mengarahkan pertumbuhan penting buat dirinya. Karena, jika mereka kurang makan sayurhal tersebut akan sangat mempengaruhi pertumbuhan si anak, secara otomatis mengganggu perkembangan fisik dan organ dalam, seperti pencernaan, karena kurangnya serat dalam tubuh mereka. Pernyataan ini didukung oleh teori Dyah Pratitasari 2010 dalam buku Makan Sayur Seasik bermain yang menyatakan bahwa sayuran merupakan salah satu faktor penting dalam menjalani pola makan yang sehat. Sayur mengandung berbagai jenis vitamin, dan zat enzim yang membantu dalam proses tumbuh kembang secara normal, membersihkan sisa metabolisme, dan menstabilkan kadar kolestrol (anak juga bisa memiliki kolestrol tinggi) pada halaman 1.

2. Peran Orang tua terhadap anak yang tidak suka makan sayur ?

Peran Orang tua merupakan faktor yang paling penting terhadap perkembangan anak-anak. Pernyataan ini didukung oleh Made Astawan 2008 dalam bukunya yang berjudul Khasiat Warna - Warni Makanan bahwa peran orang tua sangat penting untuk mengatur pola makan anak-anak mereka agar kebutuhan gizi terpenuhi, terutama kebutuhan gizi dari sayuran hijau halaman 152. Selain itu, orang tua merupakan contoh yang sering diikuti oleh anaknya. Sebagai orang tua mereka tidak boleh memilih-milih makanan atau mengesampingkan makanan, karena jika anak tersebut melihat mereka juga akan mengikutinya. Jika orang tua tidak makan sayur maka anaknya juga tidak mau, sehingga anak-anak memiliki alasan, dimana orang tua mereka juga tidak makan.

3. Bagaimana menghadapi masalah tersebut?

Memasak merupakan salah satu cara yang efektif agar anak mau makan sayur, karena dengan cara ia menghidangkan sendiri masakan yang akan dimakan nanti, terdapat perasaan bangga yang muncul dalam diri anak, dimana makanan yang ia masak akan dimakan oleh anggota keluarga lain. Sehingga anak akan senang masak dan senang makan. Dengan anak menghidangkan masakan sendiri, mereka akan lebih mau untuk mencoba hasil masakan yang telah mereka sajikan, setidaknya mereka akan mencoba.

4. Apakah anak usia 8 -12 tahun sudah bisa diajarkan memasak?

Menurut ibu Jovita anak usia 6 – 12 tahun merupakan masa *middle child* untuk anak, sehingga anak sudah bisa diajarkan untuk memasak. Hanya saja harus diperhatikan untuk anak yang tumbuh kembang yang berjalan dengan normal, misalnya ada anak yang butuh perkembangan khusus, hal itu memang belum bisa. Maksud dari tumbuh kembang normal yaitu dengan daya tangkapnya, bagaimana anak tersebut menerima informasi dari lingkungan, pemahaman dan berkomunikasi, bisa dikatakan sesuai dengan taraf anak seusianya dan normal. Hanya saja harus dalam pengawasan dan alat masak yang digunakan juga harus disesuaikan. Usia anak 6 – 7 tahun dapat memasak tanpa menggunakan kompor sebagai tahap awal anak-anak dalam belajar masak, seperti contoh : sandwich, hotdog dimana mereka hanya mengkreasi makanan, sehingga tidak berhubungan langsung dengan kompor. Usia 8-10 tahun bisa tingkatkan lagi, mereka sudah bisa membuat masakan dengan menggunakan kompor dan penggunaan terhadap pisau yang tingkat ketajamannya diperhatikan namun tetap harus dalam pengawasan orang tua. Perhatikan juga perkembangan motorik anak, karena ada yang perkembangan motoriknya tidak begitu berkembang oleh karena itu harus dalam pengawasan orang tua. Usia 9-12 sudah bisa memasak menggunakan peralatan masak lainnya yang lebih banyak.

Wawancara kedua dilakukan terhadap Miss Joyce (pendiri Koki Kecilku) pada tanggal 22 Oktober melalui pengiriman email yang dibalas pada tanggal 24 Oktober 2014. Untuk mendapatkan informasi tujuan anak diajarkan memasak, yang berada di

Ruko Paramount center Blok B 17-19 Jl. Kelapa Dua Raya – Gading Serpong. Hasil wawancara yang dilakukan dengan Miss Joyce, selaku pemilik dari koki Kecilku Penulis, sebagai berikut :

1. Mengapa anak-anak diajarkan memasak?

Karena dalam proses belajar memasak anak-anak dapat belajar mengenai banyak hal, mereka dapat mempelajari kemampuan berbahasa dan keaksaraan yaitu, bagaimana anak tersebut belajar berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain disekitarnya dan juga menambah kosakata baru mereka. Lalu, dapat menambah ilmu pengetahuan dimana anak-anak belajar mengobservasi, menimbang, mengukur, memprediksi jumlah bahan makanan yang akan digunakan dalam proses memasak. Dalam belajar memasak anak-anak juga mendapatkan aspek psikologis saat mereka selesai menyajikan sebuah makanan, secara tidak langsung hal tersebut akan menambah rasa kepercayaan diri dan perasaan bangga terhadap diri sendiri.

2. Tujuan dari belajar memasak?

Tujuan dalam belajar memasak adalah agar anak-anak dapat lebih menghargai makanan dan juga mereka memerlukan banyak stimulasi dalam segala aspek kehidupannya untuk berkembang secara sempurna dan normal sesuai dengan usianya. Dalam belajar memasak sangat membantu proses perkembangan motorik halus anak, karena mereka meremas, memegang secara langsung bahan makanan yang akan mereka gunakan selama proses memasak.

3. Nilai positif dalam belajar memasak?

Banyak sekali nilai positif yang didapat dalam belajar memasak, salah satunya adalah nilai percaya diri, bertanggung jawab dan yang paling penting adalah perkembangan motorik halus anak tersebut, karena kemampuan motorik halus sangat berguna dalam aktivitas kehidupan mereka sehari-hari.

3.1.2 Kuisisioner

Penulis melakukan penelitian lapangan dengan metode kuisisioner, melalui penyebaran kertas yang berisi pertanyaan-pertanyaan. Penyebaran kuisisioner dilakukan kepada 54 responden berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan pada anak usia 8-12 tahun. Pengumpulan data ditujukan untuk mengetahui pola makan anak-anak usia dini. Penyebaran kuisisioner ini dilakukan kepada anak-anak kawasan Tangerang, sebagai berikut :

Tabel 3.1. Tabel Pertanyaan dan Jawaban Kuisisioner

NO	PERTANYAAN	JAWABAN	JUMLAH
1	Suka makan apa?	Manisan	12
		Sayur	4
		Fast Food	32
		Gorengan	6
2	Suka sayur apa tidak?	Ya	43
		Tidak	11
3	Sayur apa yang kamu ketahui?	Jagung	8
		Bayam	15
		Wortel	11
		Tomat	9
		Brokoli	6

		Buncis	5
4	Sayur apa yang sering disiapkan orang tuamu dirumah?	Bayam	16
		Kangkung	9
		Brokoli	15
		Kentang	2
		Buncis	5
		Sop	3
		Wortel	7
5	Seberapa sering mengkonsumsi sayur?	Sebulan sekali	24
		Seminggu sekali	26
		Sehari sekali	14
6	Mengapa tidak suka makan sayur ?	Pahit	12
		Hambar	2
		Tidak Enak	33
		Terdapat bau yang aneh	1
		dll	6
7	seberapa banyak porsi sayur yang dikonsumsi?	Tidak ada sayur	22
		Sedikit sayur	24
		Sealu ada sayur	8
8	Kenapa malas makan sayur?	Tidak suka	26
		Tidak enak	28
9	Sayur yang kamu sukai apa? Kenapa?	Bayam	18
		Brokoli	12
		Toge	1
		Buncis	9
		Wortel	3
		Kangkung	12
10	Sayur yang Kamu paling Tidak suka ? Kenapa?	Tomat	11
		Wortel	7
		Buncis	5
		bayam	4
		Lobak	1
		Kangkung	3
		Kemangi	1
		Pare	7

	jagung	4
	jamur	1
	sawi	5
	kailan	3
	capcai	1
	sawi	2

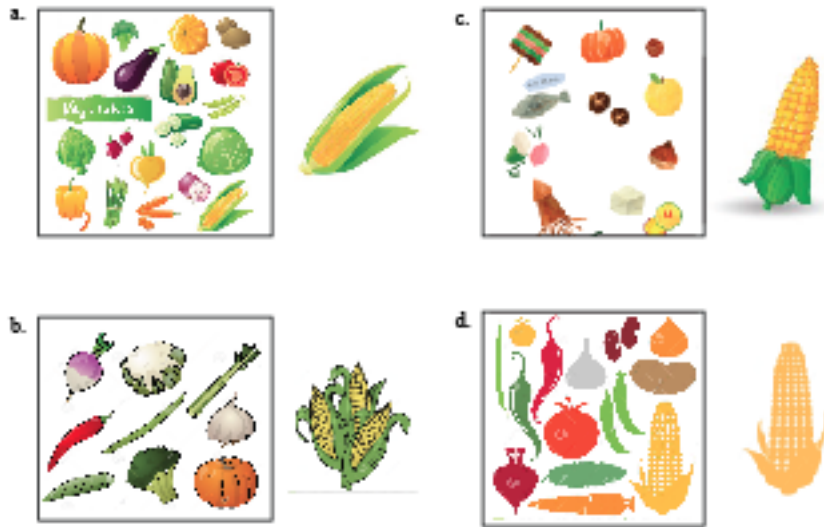
Dalam penyebaran kuesioner yang dilakukan, penulis mendapat hasil dari 54 anak di daerah Tangerang 40 anak tidak suka sayur, 10 anak makan sayur tetapi ketika ditanya suka makan apa? Mereka akan menjawab manisan maupun *fast food*, sedangkan yang benar-benar suka dan mau makan sayur hanya 4 anak saja.

Lalu, penyebaran kuesioner kedua dilakukan kepada 55 responden jenis kelamin pria dan perempuan usia 8-12 tahun. Penyebaran kuesioner dilakukan untuk mengetahui jenis ilustrasi, warna, dan tulisan yang disukai oleh anak-anak, Penyebaran kuesioner ini dilakukan kepada anak-anak kawasan Tangerang.

Berikut adalah penyebaran kuesioner kedua, sebagai berikut :

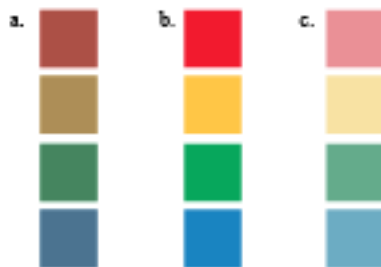
1. Jenis gambar yang kamu sukai?

UMMN



30 anak memilih jawaban A, 5 anak memilih jawaban B, 12 anak memilih jawaban C, 8 anak memilih jawaban D

2. Jenis warna yang kamu sukai ?



8 anak memilih jawaban A, 36 anak memilih jawaban B, 11 anak memilih jawaban C.

3. Jenis Tulisan yang kamu sukai ?

- 
- a. **Mom & Me**
"Ayo Makan Sayur"
 - b. Mom & Me
"Ayo Makan Sayur"
 - c. **Mom & Me**
"Ayo Makan Sayur"

38 anak memilih jawaban A, 5 anak memilih jawaban B, 12 anak memilih jawaban C.

Menurut data yang diperoleh dari penyebaran kuesioner kedua menunjukkan bahwa anak-anak lebih menyukai ilustrasi berbentuk vektor dan cenderung menyukai warna-warna yang bersifat terang, sedangkan untuk font mereka lebih menyukai font yang lucu dan unik.

3.1.3 Analisis Data Wawancara dan Kuisisioner

Dalam hasil wawancara yang penulis lakukan, telah didapat bahwa anak usia 8-12 tahun sudah dapat diajarkan memasak, pernyataan ini didukung oleh teori Angela Dare 2002 dalam buku *A Practical Guide to Child Nutrition*, yaitu anak usia 6 tahun keatas sudah dapat memasak dengan mengikuti resep masakan dengan penulisan yang sederhana atau instruksi bergambar halaman 176. Memasak merupakan salah satu aktivitas yang sangat bagus dalam membantu perkembangan motoriknya. Hanya

saja kegiatan memasak tersebut harus didampingi oleh orang tuanya, dan alat masak yang digunakan merupakan alat-alat khusus.

Kebanyakan anak-anak tidak menyukai sayur karena rasanya yang tidak enak dan tidak menarik untuk anak-anak, hal itu penulis dapatkan saat penyebaran kuesioner, ada pula yang mengatakan bahwa warnanya yang aneh dan menyeramkan sehingga anak tersebut tidak mau makan sayur. Oleh karena itu solusi yang di tawarkan adalah dengan anak tersebut membuat sendiri makanannya, karena anak cenderung akan mau makan masakannya sendiri dibanding makanan yang ia tidak ketahui cara pembuatannya dan tiba-tiba jadi begitu saja. Pasti anak tersebut akan menolak makananya. Pernyataan ini penulis dapatkan dari hasil wawancara terhadap ibu Jovita yang merupakan psikolog.

3.1.4 Referensi Buku& Gambar



Gambar 3.1. Referensi Gambar Karakter

(<http://www.pinterest.com/pin/552042866794518949/>)



Gambar 3.2. Referensi Gambar Karakter

(http://lafianceaubeurresale.blogspot.fr/2013/06/blog-post_6.html?m=1)

Penulis melakukan pengamatan di beberapa toko buku daerah Jakarta Barat, yaitu Gramedia Central Park dan Taman Angrek. Pengamatan ini dilakukan untuk menyimpulkan buku anak-anak yang memiliki ciri-ciri, sebagai berikut :

1. Penggunaan gambar/ilustrasi pada buku

Untuk menarik perhatian anak-anak, solusi yang digunakan penulis adalah dengan menggunakan gambar ilustrasi dari sayuran, sehingga anak-anak tidak hanya mengikuti resep, tetapi mereka mengetahui jelas, bentuk sebuah sayur sebagaimana mestinya.

2. Penggunaan warna yang cerah dan menarik

Penggunaan warna yang cerah dan menarik merupakan salah satu cara untuk menarik perhatian anak-anak. Karena dengan penggunaan warna yang cerah dapat memberikan daya tarik terhadap anak-anak dalam melihat dan membaca isi dari buku tersebut.

3. Jenis kertas yang digunakan?

Art paper merupakan jenis kertas yang digunakan oleh buku anak-anak, karena art paper cenderung memiliki kemudahan untuk dibalik dan tidak mudah lecek karena art paper memiliki tekstur yang licin dan lentur.

Penulis melakukan penelitian terhadap 2 jenis buku memasak untuk anak-anak. Buku pertama berjudul Masterchef Indonesia Holiday Cook Book for kids, buku ini berisi tentang resep masak untuk anak-anak, namun hanya berisi resep dan tulisan

1. Buku Master Chef Indonesia, buku ini hanya berisi tentang resep masakan, tidak terdapat cara atau intruksi gambar untuk memasak. Namun di beberapa jenis resep makanan terdapat fun facts. Buku ini berukuran 21cm x 14 cm, ketebalannya 0.5 cm, menggunakan kertas art paper dan cover art karton glossy, seharga Rp 45.000,-. Dalam buku ini hanya terdapat resep cara membuat sebuah masakan, lalu anak-anak bereperan menjadi asisten orang tuanya saat proses memasak berlangsung., dalam buku ini juga terdapat beberapa fun facts mengenai makanan tersebut.



Gambar 3.3. Cover Buku *Master-Chef* Indonesia
(Sumber : Dokumen pribadi)



Gambar 3.4. *Masterchef* Indonesia
(Sumber : Dokumen Pribadi)

2. Buku *The Disney Princess Cookbook*, mereka hanya menggunakan peran disney untuk memasak terhadap judul, namun didalam bukunya pun hanya berisi tentang resep dan teks, sedangkan gambar yang kebanyakan digunakan

hanya gambar dari karakter princess. Buku ini berukuran 28 cm x 25 cm, menggunakan hard cover, ketebalan 1.3 cm, dan harganya Rp 228.000,-.

Dalam buku ini hanya menggunakan karakter disney untuk menarik perhatian anak-anak terutama perempuan. Namun, konten dalam buku hanya berupa instruksi resep berdasarkan teks.



Gambar 3.5. Cover *The Disney Princess Cook Book*
(Sumber : Dokumen pribadi)



Gambar 3.6. *The Disney Princess Cookbook*
(Sumber : Dokumen Pribadi)

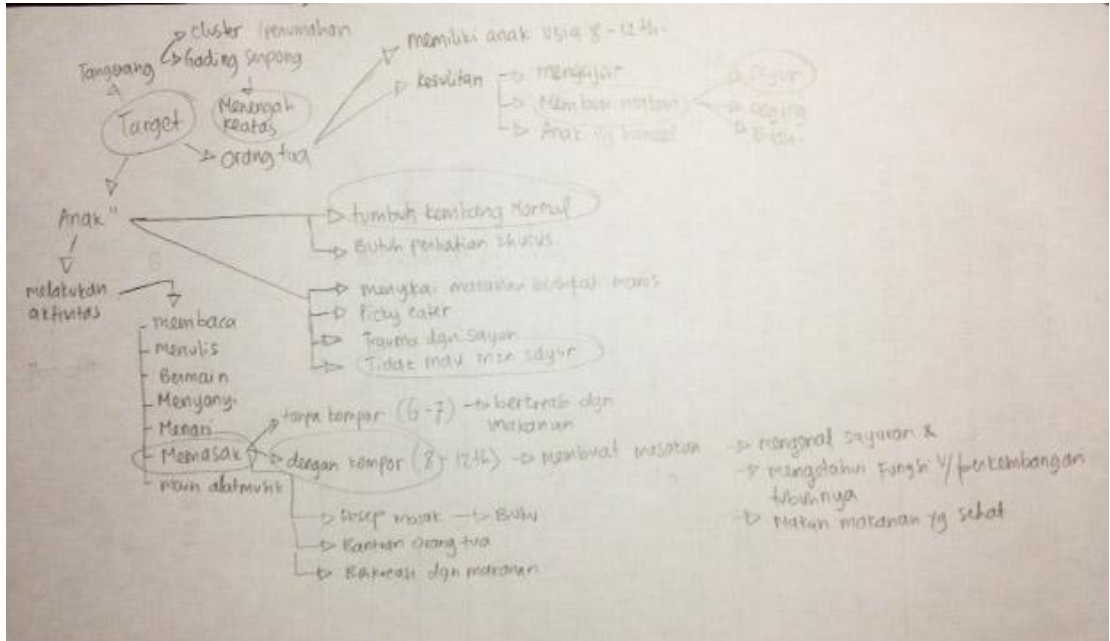
3.1.5 Kesimpulan Analisa

Berdasarkan temuan penelitian terhadap toko buku maupun referensi gambar dari internet. Penulis melihat isi dari buku adalah resep masak yang dibuat semudah mungkin sehingga anak-anak mudah untuk mengikuti instruksi. Lalu, penggunaan warna, gambar dan karakter merupakan faktor yang sangat penting, karena hal tersebut merupakan salah satu cara yang tepat untuk menarik perhatian anak, dan mau untuk membaca buku tersebut, terutama karakter dari tokoh yang terkenal seperti princess dalam disney. Lalu, terdapat *fun facts* yang dapat memberi pengetahuan kepada anak-anak yang membacanya

Ketika penulis melakukan penelitian terhadap referensi buku luar, penulis menemukan terdapat beberapa style yang berbeda, dimana buku luar menggunakan gambar untuk mengajarkan anak-anak memasak. Mulai dari pengenalan alat dan bahan, sampai cara memasak, sehingga mengurangi penggunaan teks yang terlalu banyak. Penulis melihat tersebut sangat bagus untuk menarik perhatian anak-anak, karena berdasarkan penelitian yang dilakukan anak-anak lebih menyukai jenis buku bergambar.

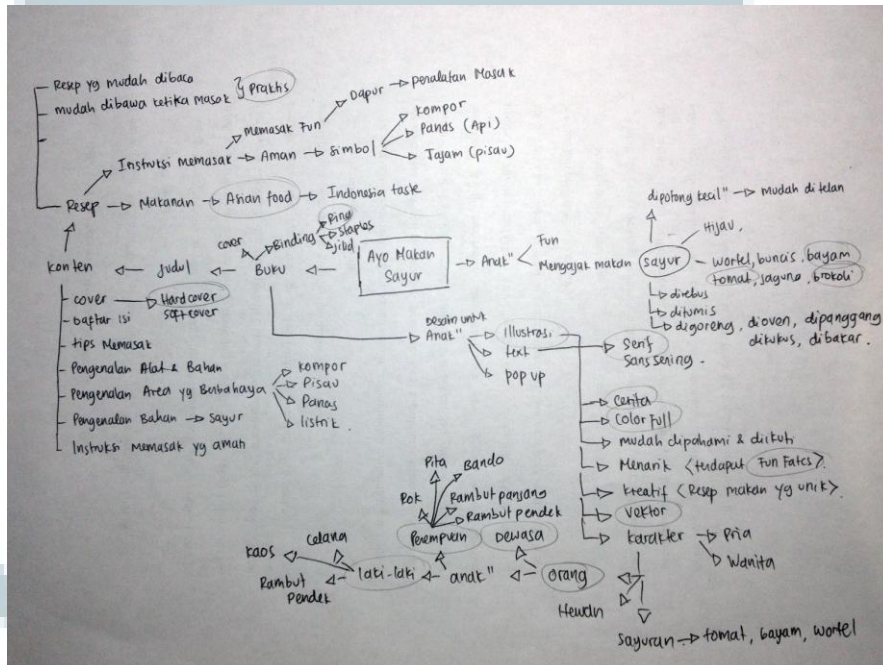
3.1. Mind Mapping

Untuk menarik minat anak dalam makan sayur penulis merancang sebuah buku ilustrasi memasak untuk anak usia 8 - 12 tahun. Penulis melakukan proses mind mapping sebagai tahap awal perancangan desain dengan kata kunci Masak



Gambar 3.8. Mind Map 2

(Sumber : Dokumen Pribadi)



Gambar 3.9. Big Idea

(Sumber : Dokumen Pribadi)

3.2. Konsep Kreatif

Dari *mind mapping* yang telah dilakukan penulis ingin membuat sebuah buku ilustrasi yang dapat menarik perhatian anak usia 8 – 12 tahun untuk mengonsumsi sayur. Buku ini berukuran 21cm x 21cm, karena pada umumnya buku sekolah berbentuk A4 portrait, oleh karena itu buku ilustrasi untuk makan sayur ini dibuat penulis berbeda dengan bentuk buku sekolah, sehingga anak-anak tidak akan bosan. Buku ini jilid ring di bagian atas, lalu buku ini didesain oleh penulis dapat diletakkan di atas meja dalam posisi berdiri, yang bertujuan agar memudahkan anak saat melakukan aktifitas memasak, pernyataan ini diperkuat oleh data wawancara yang dilakukan penulis di Gramedia Sumarecon Mal Serpong & wilayah sekitarnya pada tanggal 8,10,12,14 November 2014 kepada 30 ibu rumah tangga yang berkunjung ke gramedia. Kertas art cartoon materialnya lebih tebal, sehingga tidak akan mudah sobek, teknik ilustrasi yang akan digunakan vektor. Lalu, cover yang akan digunakan berupa hard cover.

Konsep Kreatif dari buku ilustrasi ialah gabungan ilustrasi dengan teknik fotografi. Dalam ilustrasi terdapat karakter seorang anak- laki-laki yang hanya mau makan *junk food* atau *fast food*, ia selalu menolak makanan bergizi yang telah disajikan oleh ibunya, hingga suatu hari ia jatuh sakit, melihat hal tersebut, Tania yang merupakan cicinya tobi sangat suka makan sayur, oleh karena itu Tania jarang sakit, agar adiknya lekas sembuh tania mengajak mamanya untuk menyiapkan makanan yang enak dan bergizi untuk adiknya. Dalam proses memasak akan

menjelaskan secara bertahap mengenai proses memasak yang baik dan benar untuk anak-anak. Hal ini penulis lakukan berdasarkan hasil studi pustaka dan penelitian, bahwa anak-anak menyukai unsur cerita yang merepresentasikan dirinya sendiri, oleh karena itu karakter yang dibuat merupakan orang, sedangkan menyangkut topik cerita penulis membahas mengenai *junk food* karena hasil penyebaran kuesioner, kebanyakan anak-anak menyukai makanan tersebut. Oleh karena itu penulis membahas hal yang terjadi dalam kehidupan nyata agar anak-anak dapat menyadari hal tersebut.

Konsep Isi Buku

1. Mengenai resep yang akan dimasak, penulis memilih 3 jenis sayuran yang akan dimasak yaitu, tomat, bayam, dan brocoli karena ketiga sayur ini merupakan sayur yang kaya akan nutrisi dan sumber antioksidan yang akan membuat sel-sel otak kuat dan sehat menurut buku Ayu Bulan Febri (2009) yang berjudul Menu Sehat & Permaianan kreatif untuk meningkatkan Kecerdasan Anak pada halaman 23.
2. Konsep Warna
Warna yang cerah merupakan salah satu warna yang digemari oleh anak-anak, hal ini penulis dapatkan berdasarkan penyebaran kuesioner yang penulis lakukan. Oleh karena itu pada gambar ilustrasi sayur, intruksi dalam memasak dan hal-hal yang bersifat penting seperti area yang berbahaya akan digunakan warna yang cerah, sehingga anak-anak lebih memperhatikan hal tersebut. Dibandingkan latar

pada buku akan digunakan warna yang lebih soft sehingga mata anak tidak lelah pada saat mengikuti intruksi memasak.

3. Konsep Tipografi

Berdasarkan data penelitian yang penulis dapatkan, anak-anak cenderung menyukai tulisan yang Bold dan mudah dibaca. Namun, bold yang digunakan harus diperhatikan, karena penulisan yang terlalu tebal anak-anak pun tidak suka. Mereka cenderung menyukai font yang mudah dibaca dan terkesan fun.

4. Visualisasi

Proses Perancangan buku ini penulis memilih ukuran 21 x 21 cm. Hal ini dipertimbangkan sesuai dengan kemudahan anak dalam melihat atau membaca informasi dalam buku. Jenis layout yang digunakan adalah *Two column grid*, karena *Two column grid* terdiri berbagai menjadi 2 bagian, sehingga anak-anak mudah dalam membaca buku, yang harus diperhatikan white space sehingga ketika anak membaca terdapat celah, dimana anak sampai kapan membaca.

UMMN

Cover Depan	Kata pengantar 1	Daftar Isi 2	Cerita 3	Cerita 4	Cerita 5
Hal yang perlu Diperhatikan 6	Ilustrasi makanan 7	Bahan Yang Diperlukan 8	Cara Membuat 9	Fun Facts 10	Ilustrasi makanan 11
Bahan Yang Diperlukan 12	Cara Membuat 13	Fun Facts 14	Ilustrasi makanan 15	Bahan Yang Diperlukan 16	Cara Membuat 17
Fun Facts 18	Cerita 19	Biografi Penulis 20	Cover Belakang 21		

Gambar 3.10. Perancangan Isi
(Sumber : Dokumen Pribad

UMMN