

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Metode Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode *hybrid* yaitu dengan mencari data kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif didapatkan dengan menyebarkan kuesioner, sedangkan data kualitatif didapatkan dengan melakukan wawancara dan studi eksisting.

Secara lebih rinci, penulis menyebarkan kuesioner dengan tujuan untuk mengukur target audiens dari pengetahuan mengenai resiko cedera olahraga bola basket hingga preferensi visual. Kuesioner dibuat dengan menggunakan Google Forms lalu disebarikan melalui seluruh media sosial. Penulis menargetkan 100 responden yang merupakan masyarakat berusia 12 – 17 tahun dan berdomisili di jabodetabek.

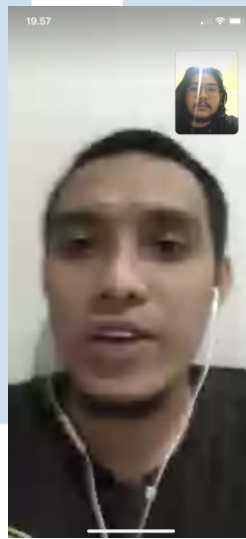
Dalam melakukan wawancara yang merupakan metode kualitatif, penulis melakukan wawancara dengan 3 pelatih basket, ahli fisioterapi, dan editor buku. Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai kejadian cedera saat pertandingan bola basket antar sekolah, persiapan sebelum bertanding, penanganan cedera, dan tentunya peralatan yang berpengaruh dalam mengurangi resiko terkena cedera. Untuk wawancara editor penulis lakukan untuk mendapatkan informasi seputar perancangan buku.

Metode kualitatif juga dilakukan dengan Studi eksisting yang bertujuan mendapatkan informasi mengenai cedera bola basket, dimulai dari konten, referensi ilustrasi, *layout*, hingga warna. Data yang didapatkan akan digunakan sebagai referensi pada saat proses perancangan. Penulis juga melakukan observasi dengan melihat buku PJOK untuk SMA dan SMP yang dijadikan identifikasi mengenai edukasi mengenai cedera pada kurikulum sekolah.

3.1.1. Wawancara

3.1.1.1. Wawancara Andre

Peneliti melakukan wawancara dengan narasumber yaitu Andre yang merupakan pelatih basket pada hari Sabtu 11 September 2021 pukul 19.57 WIB secara daring. Tujuan dari wawancara untuk mendapatkan informasi berupa kejadian, penyebab, penanganan, dan pencegahan pada pemain bola basket.



Gambar 3.1 Wawancara Andre

Andre menjelaskan bahwa dalam pertandingan bola basket antar sekolah telah terjadi cedera saat pertandingan. Jenis cedera yang paling sering terjadi saat pertandingan adalah cedera pergelangan kaki dan yang paling riskan adalah pelipis yang robek. Cedera tersebut terjadi diakibatkan seringnya kontak fisik ketika bertanding bola basket yang diawali dengan pemain yang melihat lawannya memiliki kemahiran yang lebih baik sehingga terjadinya kontak fisik berlebihan, berakibatkan terjadinya cedera saat pertandingan. Andre juga menjelaskan bahwa permainan yang riskan cedera karena anak – anak yang kurang paham tentang resiko cedera, mereka hanya memikirkan tentang permainannya saja.

Penyebab cedera bisa terjadi karena kontak fisik, persiapan sebelum bertanding, istirahat pemain, dan peralatan yang digunakan pemain seperti sepatu. Untuk mempersiapkan badan sebelum pertandingan bisa dilakukan latihan penguatan tubuh bagian bawah dan tubuh bagian atas, selain itu juga dibutuhkan latihan keseimbangan yang sangat dibutuhkan dalam permainan bola basket, lalu latihan menambah tenaga.

Resiko paling besar dalam cedera bola basket ada di pergelangan kaki yang dapat memungkinkan pemain tidak dapat bermain bola basket lagi karena cedera yang dialami, karena pada dasarnya bermain bola basket pergerakan berlari dan melompat menitikberatkan bagian kaki.

Menurut Andre jenis latihan yang dapat mengurangi resiko cedera adalah *calf press*, *skipping*, dan *jogging* untuk melatih otot betis supaya lebih kuat ketika berlari dan menahan tumpuhan ketika bermain bola basket. Andre juga menambahkan ketika melakukan latihan dengan intensitas tinggi harus melakukan istirahat kompres. Jenis latihan juga menjadi teknik agar terhindar dari cedera, selain itu istirahat yang cukup, dan asupan nutrisi yang bagus.

Cara penanganan ketika terjadi cedera Andre mengambil sampel saat terjadinya cedera pergelangan kaki. Penanganannya berupa melakukan kompres dengan memberikan es batu pada pergelangan kaki sebelum cedera semakin parah, pengompresan dilakukan dua jam sekali untuk mengurangi pembengkakan pada pergelangan kaki, selain itu juga istirahat hingga sembuh dan selama istirahat harus mengurangi beban yang terkena cedera ketika berjalan untuk menghindari cedera lebih parah.

Menurut Andre peralatan bola basket sangat mempengaruhi keselamatan ketika bermain bola basket terutama sepatu, hal ini disebabkan karena perbedaan ukuran dan kontur kaki setiap pemain,

kontuk kaki ada yang datar dan ada yang tidak datar yang menyebabkan perbedaan penanganan. Dari jenis kaki yang berbeda pelatih sudah diberi bekal untuk melatih supaya bisa terdeteksi kaki mana yang datar dan tidak datar. Ada dua jenis sepatu bola basket, ada yang *high* ada yang *low* kedua sepatu itu digunakan pemain sesuai dengan kenyamanan mereka seperti pemain yang tidak ingin terkena cedera pergelangan kaki menggunakan sepatu yang *high*, tapi ada yang nyaman menggunakan sepatu yang *low* tapi dengan menggunakan *ankle support*.

Andre mengatakan bahwa setiap tahun ajaran baru, sebelum melatih basket beliau mengumpulkan siswa untuk menyampaikan bahwa bola basket itu merupakan olahraga yang menyenangkan, namun memiliki resiko cedera yang tinggi. Andre juga menegaskan kepada siswa kalau tidak melakukan latihan, penguatan, pendinginan dapat menyebabkan cedera. Cara menyampaikan edukasi yaitu dengan latihan atau penguatan dan melakukan kompres setelah latihan untuk mempercepat pemulihan terutama dibagian pergelangan kaki.

3.1.1.2. Wawancara Gama

Proses wawancara selanjutnya penulis mewawancarai Gama yang berprofesi sebagai pelatih bola basket pada tanggal 10 November 2021 Pukul 12.32 WIB secara daring. Tujuan dari wawancara untuk mendapatkan informasi berupa kejadian, penyebab, penanganan, dan pencegahan pada pemain bola basket.

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A



Gambar 3.2 Wawancara Gama

Gama menyampaikan bahwa pertandingan bola basket antar sekolah pernah terjadinya cedera terutama dalam kategori SMA yang benturannya sudah mulai keras sehingga resiko cederanya tinggi. Selain itu cedera disebabkan saat melompat, berlari, berubah arah, dan berhenti secara tiba – tiba. Benturan yang paling riskan itu ketika terjadinya benturan saat diudara sehingga terjadinya cedera karena pendaratan yang tidak baik.

Hal yang harus diperhatikan pada tubuh pemain itu berupa melakukan pemanasan yang baik, menggunakan peralatan yang layak seperti *compression* karena adanya *padding* untuk melindungi dan mengurangi dari benturan yang besar.

Gama menjelaskan bahwa resiko terbesar dari resiko cedera adalah karir dari pemainnya sendiri sudah tidak bisa berlanjut, biasanya terjadi pada pemain yang terkena cedera di lutut. Selain itu ada pengaruh secara psikologis pada pemain akibat trauma terkena cedera itu sendiri.

Latihan penguatan seperti otot *upper body* maupun *lower body* dapat membuat pemain terhindar dari resiko cedera, selain itu melakukan teknik yang benar dapat berpengaruh pada berkurangnya resiko cedera.

Penanganan cedera yang baik adalah, jika kakinya terkilir harus diistirahatkan. Gama menyampaikan metode R.I.C.E. yang berkepanjangan *Rest, Ice, Compress, dan Elevation*. Pada istirahat area yang terkena cedera harus diberi kompresi es, lalu melakukan kompresi dengan memberi tekanan menggunakan *bandage* elastis, dan yang terakhir mengangkat area yang cedera hingga setara dengan pinggang.

Gama menyampaikan bahwa tidak ada teknik khusus supaya terhindar dari cedera saat bertanding, karena cedera itu dapat terjadi kapan pun. Namun langkah pencegahannya bisa dilakukan dengan saat latihan harus memperhatikan tekniknya seperti saat lari dan berubah arah bisa diajarkan tekniknya. Jika tidak, akan terjadi cedera seperti keseleo.

Peralatan bola basket seperti kompresi lumayan penting, karena selain melindungi otot kompresi dapat melancarkan peredaran darah, dengan catatan menggunakan ukuran yang pas. Sedangkan sepatu sangat penting, karena dengan menggunakan sepatu yang cocok dapat melindungi pemain dari resiko cedera.

Gama menyampaikan masih banyak yang belum menyampaikan edukasi mengenai cedera pada siswa sekolah, karena wewenang yang mengajarkan mengenai resiko cedera adalah guru olahraga yang lebih sering ketemu dengan anak – anak dan lebih banyak waktu dengan anak – anak dibanding pelatih basket yang hanya bertemu melalui ekstrakurikuler. Gama mengedukasi siswa dengan menegur yang pemanasannya tidak sesuai, setelah itu gama menyampaikan hal – hal

yang terjadi dilapangan saat bertanding seperti terjadinya benturan yang merupakan penyebab terjadinya cedera.

3.1.1.3. Wawancara Alvin

Proses wawancara selanjutnya penulis memiliki narasumber pelatih bola basket bernama Alvin. Wawancara dilakukan secara daring pada tanggal 28 November 2021 pukul 21.27 WIB. Tujuan dari wawancara untuk mendapatkan informasi berupa kejadian, penyebab, penanganan, dan pencegahan pada pemain bola basket.



Gambar 3.3 Wawancara Alvin

Alvin menyampaikan bahwa terjadinya cedera bola basket pada saat pertandingan berlangsung. Penyebabnya karena terjadinya benturan antar pemain terutama saat keduanya diudara yang menyebabkan pendaratan yang tidak baik dan menyebabkan cedera *ankle*. Selain itu karena adanya kesalahan teknik pada pemain sehingga terjadinya keseleo dan salah urat ketika berlari.

Persiapan pemain sebelum melakukan pertandingan adalah melakukan pemanasan dengan benar, karena dengan melakukan pemanasan dapat mempersiapkan otot dalam melakukan pergerakan. Selain itu menggunakan peralatan dapat melindungi pemain dari resiko cedera.

Resiko cedera terbesar yang dapat terjadi pada pemain adalah pemain tidak bisa bermain lagi terutama jika pemain terkena cedera lutut yang resiko sembuhnya memakan waktu sangat lama.

Latihan penguatan dapat dilakukan dengan melatih otot – otot tubuh seperti *upper body* dan *lower body*, terutama melatih otot kaki dapat mengurangi resiko cedera pada pemain.

Penanganan cedera bisa dilakukan dengan melakukan kompresi menggunakan es pada area yang terkena cedera, setelah itu dibalut menggunakan kain perban untuk mencegah pembengkakan, dan yang paling penting adalah istirahat selama masa penyembuhan.

Alvin menjelaskan teknik supaya terhindar dari cedera itu balik lagi pada latihan dasar seperti berlari, melompat, dan mendarat. Karena dengan melakukan teknik dasar dan fokus pada latihan tersebut pemain akan terhindar dari resiko cedera.

Peralatan bola basket sangat mempengaruhi dalam mengurangi resiko cedera terutama sepatu. Semakin bagus kualitas dari sepatu semakin berkurang juga resiko cedera yang akan terjadi. Jika pemain menggunakan sepatu yang pas dan nyaman dengan kakinya resiko cedera akan berkurang.

Alvin menyampaikan bahwa edukasi pada siswa sekolah mengenai resiko cedera masih kurang. Karena dari Alvin sendiri pada saat pelajaran penjas guru hanya mengajarkan teknik pada suatu jenis olahraganya saja. Dari alvin sendiri cara mengedukasi siswa mengenai resiko cedera dengan menyampaikan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket mengenai hal yang terjadi pada lapangan ketika bertanding termasuk cedera.

3.1.1.4. Wawancara Diki

Pada proses wawancara selanjutnya penulis berkesempatan mewawancarai ahli fisioterapis yaitu Diki melalui daring, pada tanggal 13 November 2021 Pukul 16.26 WIB. Tujuan dari wawancara untuk mendapatkan informasi berupa penyebab, penanganan, dan pencegahan cedera bola basket secara lebih mendalam.



Gambar 3.4 Wawancara Diki

Pada saat wawancara Diki menjelaskan bahwa terjadinya cedera dikarenakan saat lompat sehingga terkena cedera lutut, lalu adanya benturan dengan lawan, kelemahan otot seperti otot ligamen, dan salah tumpuhan. Diki menjelaskan tubuh yang sering yang paling rawan terkena cedera adalah bagian lutut karena adanya hibiscus, selain itu ada di ligamen, hibiscus dan pergelangan kaki. Diki menjelaskan pergelangan kaki yang paling rawa cedera karena adanya salah tumpuhan sehingga terjadi robek.

Resiko paling besar dari terjadinya cedera yaitu bisa dilakukannya operasi dan jika yang paling parah jika terjadinya putus ligamen pemain susah untuk kembali bermain. Diki menjelaskan untuk

mempersiapkan badan kita harus melakukan pemanasan dengan benar dan menggunakan peralatan bola basket.

Cara mengurangi resiko cedera yaitu melalui latihan penguatan seperti angkat beban dan latihan kaki. Diki menjelaskan untuk menangani cedera ada sebuah istilah R.I.C.E. yang memiliki kepanjangan *Rest, Ice, Compress, dan Elevation*. Diki menjelaskan bahwa peralatan bola basket itu sangat mempengaruhi dalam mengurangi resiko cedera, peralatan yang baik itu bisa dilihat dari ketebalan peralatannya itu, semakin tebal semakin rendah resikonya tapi semakin tidak nyaman.

Diki menjelaskan bahwa penyampaian edukasi resiko cedera kepada siswa masih sangat kurang, karena disekolah hanya diajari mengenai teknik saja tapi tidak mengajarkan edukasi mengenai keselamatan olahraga bola basket.

3.1.1.5 Wawancara Faizal

Pada proses wawancara penulis memiliki narasumber editor buku Gagas Media bernama Faizal pada 24 November 2021 pukul 19.48 WIB di Totenko, Kelapa Dua, Tangerang, Banten. Tujuan wawancara ini untuk mendapatkan informasi mengenai perancangan buku saku.



Gambar 3.5 Wawancara Faizal

Faizal menjelaskan dalam perancangan buku harus ditentukan menurut topik yang dibahas dan penyelesaian masalahnya. Seperti topik yang diangkat penulis mengenai cedera harus diselesaikan dengan cara apa. Pada proses pembuatan buku harus menentukan material buku yang digunakan, sebagai contoh ada buku yang menggunakan material *hardcover* untuk bagian *cover*, dan menggunakan *artpaper* untuk bagian dalam buku. Untuk buku saku sebaiknya menggunakan *Artcarton* sebagai cover dan *Artpaper* untuk bagian isi buku.

Faizal menjelaskan penggunaan grid bisa disesuaikan dengan elemen visual yang ditentukan dan digunakan oleh penulis. Untuk ukuran teks harus menyesuaikan dengan ukuran buku, terutama pada *bodytext* yang merupakan inti dari konten buku, yang harus bisa tetap terbaca dengan jelas oleh pembaca, untuk buku saku gunakan ukuran teks yang besar sehingga tidak terlalu kecil dan mudah dibaca.

Penyampaian konten buku untuk siswa SMP dan SMA harus menggunakan bahasa yang singkat namun tetap informatif, konten buku juga harus diisi berupa gambar karena dengan adanya gambar dapat menarik minat baca dan mudah diserap oleh siswa SMP dan SMA.

3.1.1.5. Kesimpulan Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 pelatih bola basket, Ahli Fisioterapi, dan editor buku. Dapat disimpulkan bahwa cedera olahraga bola basket terjadi karena tingginya intensitas dalam pertandingan terutama antar sekolah. Cedera olahraga bola basket sering terjadi di bagian pergelangan kaki karena menjadi tumpuhan setiap pergerakan bagian bawah tubuh seperti berlari dan melompat. Latihan atau penguatan merupakan aspek yang penting untuk mengurangi resiko terkena cedera karena sangat berpengaruh bagi otot yang menjadi tumpuhan. Ketika terkena cedera sebaiknya melakukan R.I.C.E. selama

masa penyembuhan. Peralatan sangat penting untuk mengurangi cedera terutama sepatu yang nyaman karena bentuk kaki pemain yang berbeda – beda. Edukasi terhadap siswa dibutuhkan untuk mempersiapkan mereka yang ingin bertanding bola basket dengan menyampaikan jenis latihan yang dapat mengurangi resiko cedera bola basket. Penyampaian materi pada siswa SMP dan SMA harus disampaikan dengan singkat namun tetap informatif sehingga mudah dicerna oleh target audiens. Menggunakan ilustrasi pada buku juga dapat menambah minat baca pada target audiens.

Maka dari itu, melalui buku informasi, diharapkan target audiens dapat lebih mengetahui mengenai resiko cedera bola basket, cara menghindarinya, dan penanganannya.

3.1.2. Kuesioner

Dalam pengambilan data kuesioner penulis menggunakan rumus slovin terhadap 2.639.300 penduduk jabodetabek dengan derajat ketelitian 10% . kuesioner ini memiliki pertanyaan dengan fokus yang berbeda, seperti data diri responden, keaktifan siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bola basket, pemahaman tentang resiko cedera, preferensi visual dan jenis media.

3.1.2.1 Hasil Responden

Penulis membuat delapan pertanyaan dimulai dari kegiatan ekstrakurikuler, hingga memilih preferensi visual untuk menentukan perancangan hasil akhir.

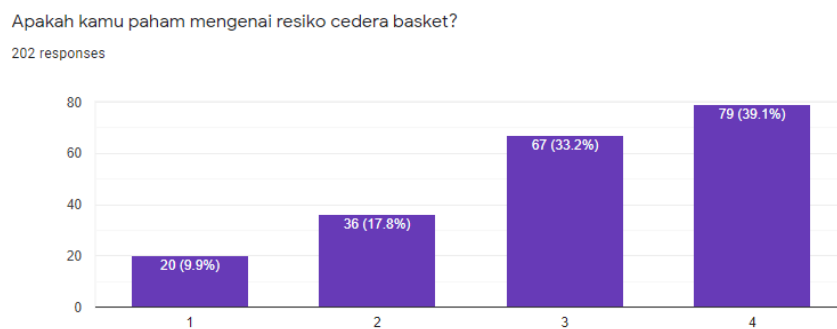


Gambar 3.6 Hasil Responden Pertama



Gambar 3.7 Hasil Responden Kedua

Dari hasil kuesioner pertama dan kedua, mayoritas responden di sekolah mengikuti ekstrakurikuler bola basket atau sering bermain bola basket dan pernah berpengalaman dari mengikuti turnamen antar sekolah.



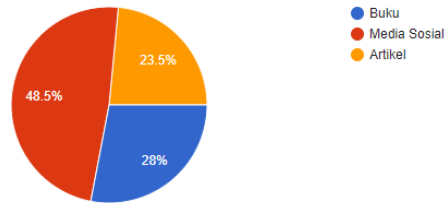
Gambar 3.8 Hasil Responden ketiga

Dari hasil kuesioner ketiga dikemukakan bahwa sudah banyak responden yang memahami resiko cedera basket, seperti yang dilihat pada skala nomor 3 dan 4 yang mengartikan “paham” dan “sangat paham”. Namun ternyata masih ada responden yang tidak memahami tentang resiko cedera bola basket, seperti yang diperlihatkan di skala nomor 1 dan 2 yang mengartikan “tidak paham” dan “kurang paham”.

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

Jika kamu paham, dari mana kamu mendapatkan informasi mengenai cedera basket?

200 responses

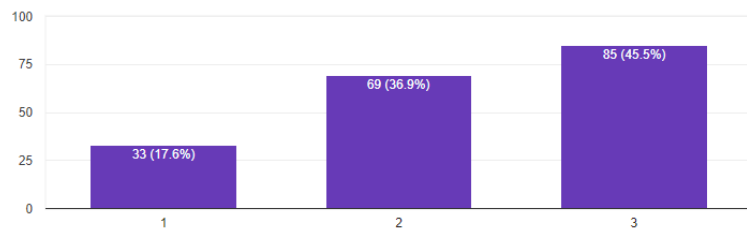


Gambar 3.9 Hasil Responden Keempat

Dari hasil kuesioner keempat, responden yang memahami resiko cedera mayoritas mendapatkan resiko cedera dari media sosial (48.5%), lalu yang kedua didapatkan dari buku (28%), dan yang terakhir didapatkan dari artikel (23.5%).

Seberapa dibutuhkannya media informasi mengenai resiko cedera bola basket di sekolah?

187 responses



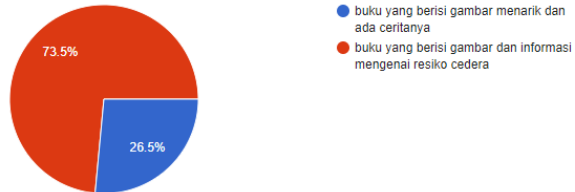
Gambar 3.10 Hasil Responden Kelima

Dari hasil kuesioner kelima, 45.5% sangat membutuhkan media informasi, lalu 36.9% membutuhkan media informasi. Dari responden yang membutuhkan media informasi ternyata masih ada yang kurang membutuhkan media informasi yaitu sebanyak 17.6%.

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A

apa isi buku yang kamu inginkan supaya ada ketertarikan mengetahui informasi resiko cedera bola basket?

185 responses

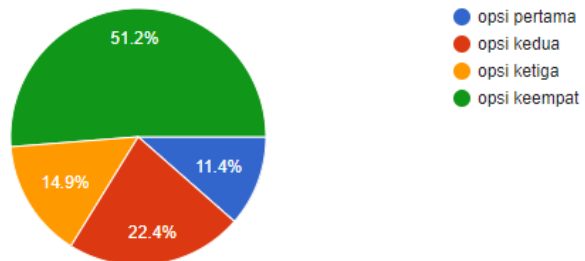


Gambar 3.11 Hasil Responden Keenam

Dari hasil kuesioner keenam, mayoritas reponden menginginkan media informasi berupa buku yang berisi gambar dan informasi mengenai resiko cedera yang mengartikan responden hanya ingin mengetahui informasinya saja dan tidak terlalu bercerita.

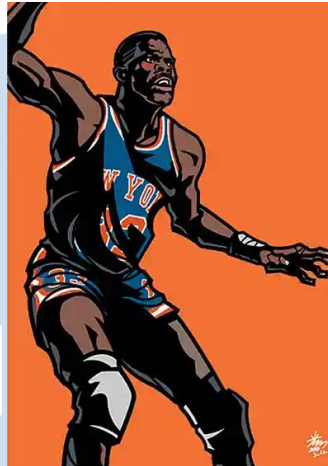
gaya ilustrasi seperti apa yang kamu suka?

201 responses



Gambar 3.12 Hasil Kuesioner Ketujuh

Untuk preferensi ilustrasi, penulis memberikan empat opsi visual dan mayoritas responden memilih opsi keempat dengan angka 51.2%, diikuti opsi kedua dengan 22.4%.

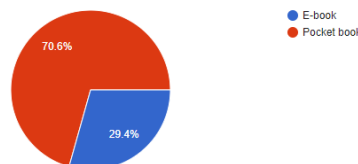


Gambar 3.13 preferensi Ilustrasi yang Dipilih Responden

(<https://www.theguardian.com/sport/gallery/2013/mar/27/nba-basketball-illustrations-kwang-33>)

Dengan responden memilih opsi keempat, hal ini menjadikan penulis untuk menentukan preferensi Ilustrasi sekaligus visual secara keseluruhan pada saat perancangan.

Jenis media apa yang diminati kamu untuk mengetahui informasi mengenai resiko cedera olahraga bola basket?
201 responses



Gambar 3.14 Hasil Kuesioner kedelapan

Dari hasil kuesioner kedelapan, mayoritas responden menginginkan media informasi berjenis *Pocket Book* 70.5% responden. Hal ini menentukan penulis dalam merancang hasil akhir dari tugas akhir.

2.1.2.2 Kesimpulan Kuesioner

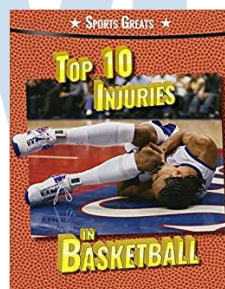
Dari hasil kuesioner penulis menemukan bahwa masih adanya responden yang kurang memahami bahkan tidak paham tentang resiko cedera bola basket. Oleh karena itu sangat dibutuhkannya media informasi yang menjelaskan mengenai resiko cedera bola basket berdasarkan hasil responden yang membutuhkan media informasi tersebut dan hasil responden mengenai konten.

3.1.3 Studi Eksisting

Studi eksisting dilakukan di toko buku yang fisik atau *online* untuk mengobservasi jenis buku informasi yang beredar dipasaran. Tujuan dari studi eksisting supaya dapat menemukan tolak ukur atau acuan dalam perancangan. Tolak ukur tersebut dapat berupa desain karya, gaya ilustrasi, layout, warna, dan jenis tipografi.

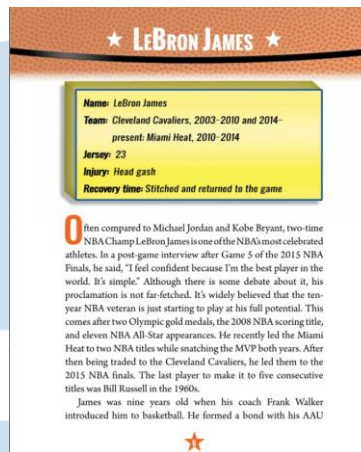
3.1.3.1 Buku *Top 10 Injuries in Basketball*

Buku ini dituliskan oleh Jamal Tyson Hinnant yang berisikan kejadian cedera yang dialami oleh pemain NBA selama karir dalam permainan bola basket profesional. Dalam buku tersebut dijelaskan cerita kejadian seperti LeBron James ketika cedera kepala saat bertanding.



Gambar 3.15 Buku *Top 10 Injuries in Basketball*

(<https://www.amazon.com/Top-Injuries-Basketball-Sports-Greats/dp/0766075702>)



Gambar 3.16 Isi Buku *Top 10 Injuries in Basketball*

(https://www.google.co.id/books/edition/Top_10_Injuries_in_Basketball/2ghidWAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=basketball+injury&printsec=frontcover)



Gambar 3.17 Penjelasan Pemain LeBron James

(https://www.google.co.id/books/edition/Top_10_Injuries_in_Basketball/2ghidWAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=basketball+injury&printsec=frontcover)

Dalam isi buku menggunakan jenis grid *Single Column*, yang berisikan elemen dekoratif, teks, dan ilustrasi foto. Dari konten buku juga penulis melihat bahwa hampir setiap halaman berisikan teks dan

ilustrasi foto. Dalam foto yang dipaparkan dalam buku dibawahnya ada penjelasan mengenai kejadian yang ada di foto tersebut.

Berikut adalah spesifikasi dari buku:

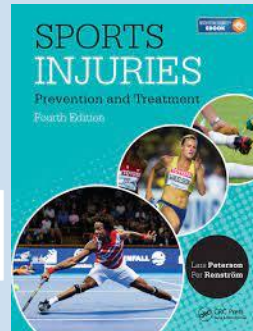
Tabel 3.1 Spesifikasi Buku *Top 10 Injuries in Basketball*

Judul	Top 10 Injuries in Basketball
Penulis	Jamal Tyson Hinnant
Penerbit	Enslow Publishing
Bahasa	Inggris
Ukuran	7 ¼ cm x 9 ¼ cm
Jumlah Halaman	48 Halaman
Bahan	Cover: Art Paper, Isi: Kertas
Jilid	Library Binding
Harga	Rp 397.000
Tahun Terbit	2016

3.1.3.2 Buku *Sport Injuries: Prevention, Treatment and Rehabilitation, Fourth Edition*

Buku ini menjelaskan tentang cedera yang diakibatkan karena olahraga. Selain cedera buku ini juga menjelaskan bagaimana cara mencegah, merawat dan rehabilitasi cedera. Konten buku ini menjelaskan resiko yang terjadi akibat cedera olahraga, selain itu buku ini juga menjelaskan

masing – masing cedera pada tubuh kita. Isi buku berupa foto sebagai ilustrasi.



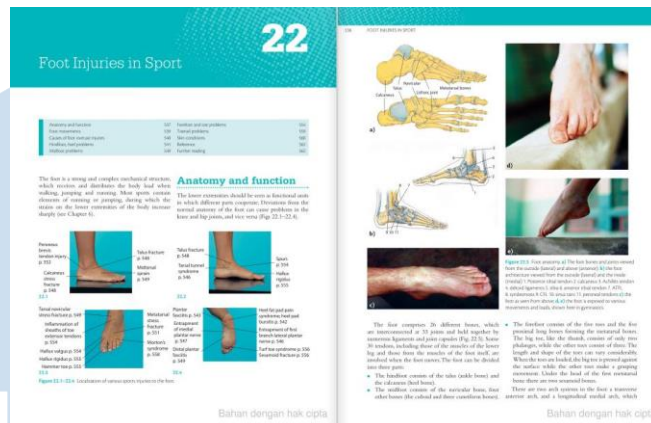
Gambar 3.18 Buku *Sport Injuries*

(<https://www.routledge.com/Sports-Injuries-Prevention-Treatment-and-Rehabilitation-Fourth-Edition/Peterson-Peterson-Renstrom/p/book/9781841847054>)



Gambar 3.19 Isi Buku *Sport Injuries*

(https://www.google.co.id/books/edition/Sports_Injuries/CeqVDQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)



Gambar 3.20 Pembahasan Cedera dalam Buku *Sport Injury*

(https://www.google.co.id/books/edition/Sports_Injuries/CeqVDQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)

Pada isi buku, *grid* yang digunakan halaman adalah *grid two/multicolumn* yang tidak simetris. Elemen *layout* pada setiap halaman tidak terlihat sama sehingga memberikan kesan dinamis. Namun, buku ini tidak menggunakan banyak warna, tidak bermain dengan tipografi, lalu tidak menggunakan ilustrasi sehingga memberikan kesan membosankan untuk dibaca.

Tabel 3.2 Spesifikasi Buku *Sport Injury*

Judul	Sport Injury: Prevention, Treatment, and Rehabilitation, Fourth Edition
Penulis	Lars Peterson, Per A.F.H. Renstrom
Penerbit	Taylor & Francis
Bahasa	Inggris
Ukuran	-

Jumlah Halaman	638
Bahan	E-book
Jilid	-
Harga	Rp 2.800.000
Tahun Terbit	2015

3.1.2.3 Kesimpulan Studi Eksisiting

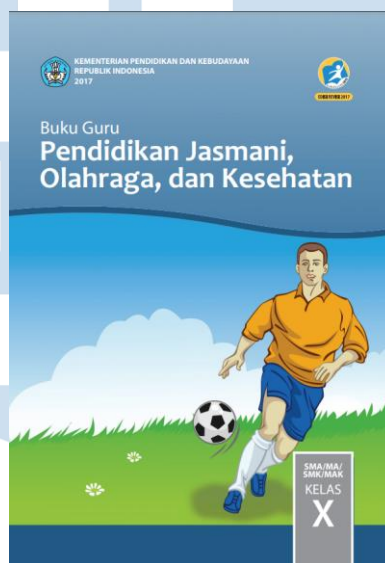
Dari kedua buku yang diriset penulis menemukan buku yang kedua menjelaskan cedera olahraga dengan sangat detil namun sangat membosankan sehingga target audiens tidak tertarik untuk mempelajari mengenai resiko cedera. Sedangkan buku yang pertama sangat menarik karena dengan adanya elemen dekoratif dan penjelasan yang singkat dan jelas sehingga pembaca memiliki ketertarikan dan mudah menyerap informasi yang disampaikan dalam buku tersebut.

Layout yang digunakan akan berpengaruh kepada besarnya teks sehingga menggunakan *single column* dapat memperbesar teks sehingga dapat mudah dibaca dan mudah dicerna. Dalam isi buku Sangat dibutuhkan ilustrasi yang menarik supaya informasi yang dibaca mudah dicerna dan sampai pesannya. Permainan warna juga dibutuhkan untuk menambah kesan buku yang tidak monoton. Selain itu pemilihan tipografi yang menarik juga berpengaruh dalam menambahkan ketertarikan target audiens untuk membaca. Maka dari itu penulis akan membuat buku dengan menggunakan *modular grid* karena akan membiarkan penulis untuk melakukan eksplorasi dalam memuat elemen pada buku. Penulis juga merancang buku dengan

menjelaskan resiko cedera yang singkat dan padat menggunakan ilustrasi, tipografi, dan warna supaya lebih menarik.

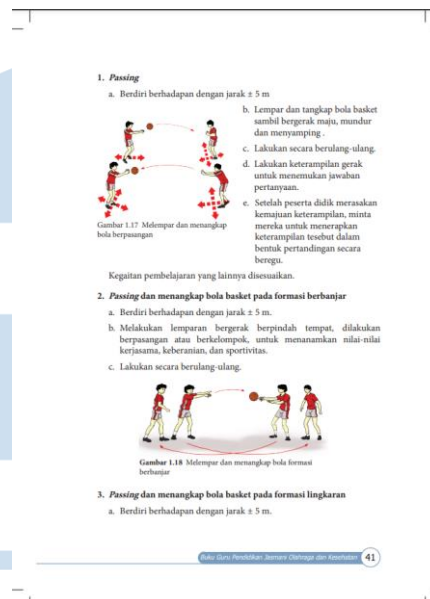
3.1.4 Observasi

Observasi dilakukan dengan melihat isi buku PJOK untuk SMA dan SMP supaya penulis dapat mengidentifikasi apakah sudah adanya penjelasan mengenai resiko cedera dari olahraga bola basket di buku tersebut.



Gambar 3.21 Buku PJOK untuk SMA

UMMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

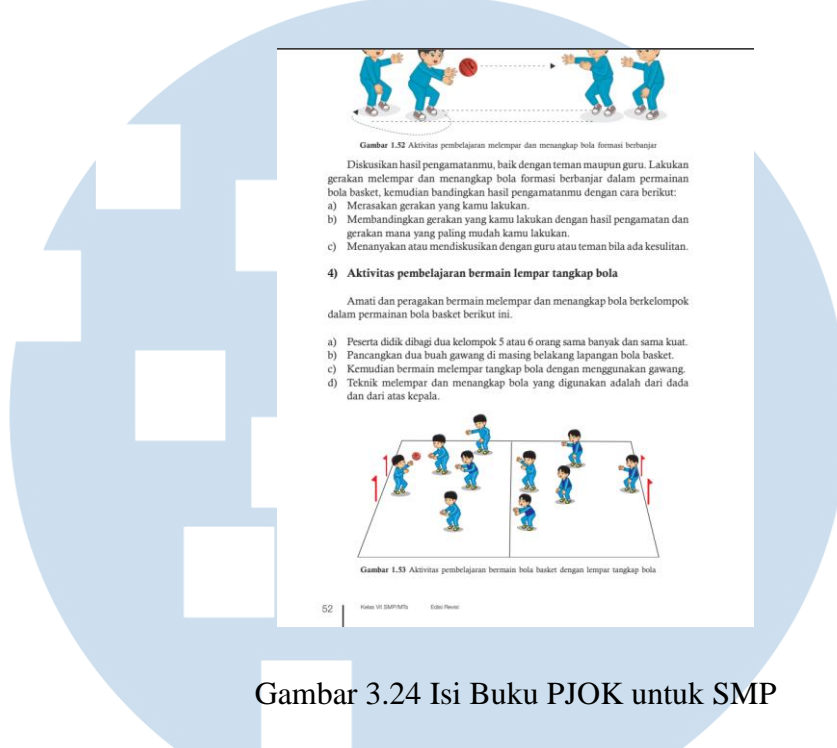


Gambar 3.22 Isi Buku PJOK untuk SMA

Dalam buku PJOK untuk SMA penulis tidak menemukan penjelasan mengenai keamanan olahraga bola basket dan resiko cedera. Dalam bab bola basket buku tersebut hanya menjelaskan teknik dasar seperti cara menggiring dan melempar bola, selain itu buku tersebut hanya menjelaskan pelatihan simulasi permainan dengan menggunakan variasi teknik dasar.



Gambar 3.23 Buku PJOK untuk SMP



Gambar 3.24 Isi Buku PJOK untuk SMP

Sama seperti buku PJOK untuk SMA, buku PJOK untuk SMP tidak ada penjelasan mengenai keselamatan dan resiko cedera dalam permainan bola basket, melainkan teknik dan simulasi dari permainan bola basket.

Dari kedua buku PJOK untuk SMA dan SMP terdapat bab yang menjelaskan kebugaran. Dalam bab tersebut dijelaskan mengenai jenis latihan seperti latihan kaki yang penting dalam permainan bola basket, namun dalam bab tersebut tidak ada dikaitkannya dengan bab bola basket melainkan pelatihan kebugaran merupakan bab sendiri.

3.1.4.1. Kesimpulan Observasi

Berdasarkan hasil observasi, penulis menyimpulkan bahwa sekolah tidak memberikan edukasi kepada siswa/i mengenai resiko cedera bola basket, hal ini dapat diidentifikasi dalam buku PJOK untuk SMP dan SMA dalam bab bola basket.

3.2. Metode Perancangan

Penulis menggunakan metode perancangan menurut Haslam (2006) dalam bukunya yang berjudul *Book Design*. Penulis merancang media informasi melalui tahapan sebagai berikut:

1. Dokumentasi

Langkah awal metode perancangan yaitu dengan mengumpulkan data penelitian yang sudah didapat melalui metode penelitian yang sudah ditentukan untuk mendapatkan informasi. Data – data yang didapatkan akan menjadi dasar penentuan seperti ide, konsep, konten, hingga elemen desain.

2. Analisis

Setelah mendapatkan data melalui tahapan dokumentasi, penulis menganalisis data tersebut untuk mengidentifikasi masalah yang terjadi sebagai penentuan target perancangan.

3. Ekspresi

Tahapan selanjutnya, penulis mulai menentukan elemen visual seperti warna, tipografi, gaya ilustrasi, dan elemen desain lainnya. Melalui tahapan ini penulis membuat *moodboard* untuk dijadikan gambaran kepada seluruh proses perancangan media informasi.

4. Konsep

Pada tahapan ini, penulis menentukan *big idea* yang dijadikan sebagai dasar dari elemen visual yang sudah ditentukan. Setelah itu penulis mulai membuat kuras, sketsa, dan *layout* sesuai dengan *moodboard* yang sudah dibuat.

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A