



### **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. Metodologi Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini metode yang akan dilakukan penulis untuk mencari data dari Tugas Akhir ini meliputi pendekatan kualitatif yaitu, wawancara, observasi, studi literatur, serta data sekunder akan menggunakan cara survei menggunakan kuesioner yang akan disebar secara *online* kepada para target yang telah penulis tentukan.

##### **3.1.1. Wawancara**

Wawancara dilakukan terhadap staf Yayasan Autisma Indonesia (YAI) untuk mengetahui fenomena yang ada, dokter gizi yang biasa menangani gizi penderita autisme, dengan salah satu orang tua atau orang yang hidup tidak jauh dengan penderita autisme, serta dengan kepala redaksi Elex Media.

##### **3.1.1.1. Proses Wawancara Dengan Staff YAI**

Dalam proses ini, penulis mewawancarai salah seorang staf dari Yayasan Autisma Indonesia, Ibu Tari. Menurutnya, banyak orang tua yang kesulitan mencari informasi tentang menu makanan untuk anaknya yang autisme. Namun karena yayasan hanya memiliki hasil fotokopi buku menu terbitan 2002 dan menjual beberapa jenis cemilan siap santap khusus penderita autisme, para orang tua pulang dengan rasa penasaran yang tidak terpuaskan.

“Banyak Kak orang tua yang masih mau masak buat anaknya tapi kesulitan mencari bahan makanannya ngikutin resep orang bule karena resep untuk autisme itu sekarang lumayan monoton, jadi anak mereka mulai bosan”, ujar Ibu Tari.

Selain itu ada beberapa orang yang datang ke YAI dalam keadaan tidak mengetahui bahwa gizi yang dibutuhkan anak autisme berbeda dengan anak normal. Keadaan seperti yang sangat disayangkan oleh penulis dan menggerakkan hati penulis untuk membuat tugas akhir untuk membantu mereka yang membutuhkan dan juga membantu Ibu Tari beserta staff lainnya untuk mengedukasi setiap orang yang bertandang untuk mencari informasi perihal tersebut.

### **3.1.1.2. Proses Wawancara Dengan Dokter Gizi**

Kemudian penulis mewawancarai seorang ahli gizi yang memusatkan dirinya dalam kebutuhan anak autisme, yaitu Dr. Rer. Nat. Dr. BJ Istiti Kandarina. Menurut Dr. Rer. Nat. Dr. BJ Istiti Kandarina, penderita autisme membutuhkan menu yang variatif layaknya kita yang memiliki menu makanan yang sangat variatif sehingga rasa bosan akan mengkonsumsi makanan itu tidak ada. Karena gizi yang mereka miliki sedikit berbeda dan memiliki diet khusus, tentu memberatkan para orang tua untuk memikirkan menu-menu variatif setiap harinya yang tepat bagi anaknya.

Dr. Istiti berkata, “tidak usah anak dengan autisme, anak normal atau bahkan kita saja pasti mudah bosan dengan menu yang kurang variatif kan?”

Kasih kalau mereka dipaksa untuk memakan makanan yang sama atau tidak variatif padahal mereka dapat melihat bahwa oranglain dapat mengkonsumsi makanan yang aneh-aneh dan berbeda-beda tiap saatnya”. Selain itu Dr. Satiti juga menyayangkan para penulis yang kurang aktif dalam membuat buku menu untuk anak autisme, “seperti kurangnya *awareness* menurut saya. Orang jama sekarang lebih memikirkan hal-hal yang sudah pasti laku bukan hal-hal yang sekiranya berguna dan dibutuhkan” ujarnya.

### **3.1.1.3. Proses Wawancara Dengan Orangtua**

Dilain kesempatan penulis berhasil mewawancarai salah seorang orangtua yang memiliki anak dengan autisme. “Ya kadang kalau terpaksa karena tidak tahu menu apa lagi yang harus dibuat, harus sedikit dipaksa agar si anak mau makan Kak. Mau gimana lagi dari pada si anak tidak makan lebih baik saya paksa sedikit.” ujar keresahan seorang Ibu Mia. Sangat miris penulis merasa, ketika memberi asupan yang memiliki niat baik harus menggunakan cara sedikit paksaan. Dilanjuti, “tidak jarang karena susahnya memberi makan, saya kasih makanan yang mudah saja yang sudah pasti dia makan. Daripada anak saya tidak makan kan Kak”, ujar Ibu Mia.

“Gimana ya Kak kalau mau ngikutin resep dari internet kan saya juga tidak tahu itu benar-benar aman atau tidak dan kebanyakan informasi itu berasal dari luar negeri, jadi bahannya mahal-mahal. Buat saya yang tergolong menengah agak kesulitan untuk mengikuti menu-menu tersebut setiap harinya. Untuk seminggu sekali boleh lah tapi untuk setiap hari agak menguras dompet ya”, tambahan Ibu Mia.

#### **3.1.1.4. Proses Wawancara Dengan Kepala Redaksi Elex Media**

Terakhir, penulis menemui Ibu Yulia Retno K. Selaku kepala Elex Media untuk memperkuat media pilihan penulis terhadap buku. Menurutnya buku adalah media yang sangat terpercaya karena di dalamnya terdapat daftar pusaka berupa sumber-sumber yang digunakan untuk memperkuat si buku itu sendiri. “Selain itu, orang itu lebih merasa nyaman loh membaca buku apalagi ibu-ibu. Karena internet itu koneksinya mahal, layar *gadget* juga sangat terbatas, melelahkan mata, dan beberapa ibu-ibu juga *gaptek* dalam penggunaannya. Mereka lebih mempercayai buku menu yang mereka dapatkan di toko buku”, ujar Ibu Retno.

Selain itu Ibu Retno menambahkan saran kepada penulis untuk membuat buku menu dengan *cover* ukuran 21 x 27cm dan ukuran 20 x 24 cm untuk bagian isi dengan konten yang memuat kurang lebih 20 halaman berisikan 12-15 menu saja. Berbahan dasarnya *art carton* agak tebal untuk bagian luar dengan lapisan *matte* dan *art carton* tipis untuk bagian dalam dengan lapisan *glossy*.

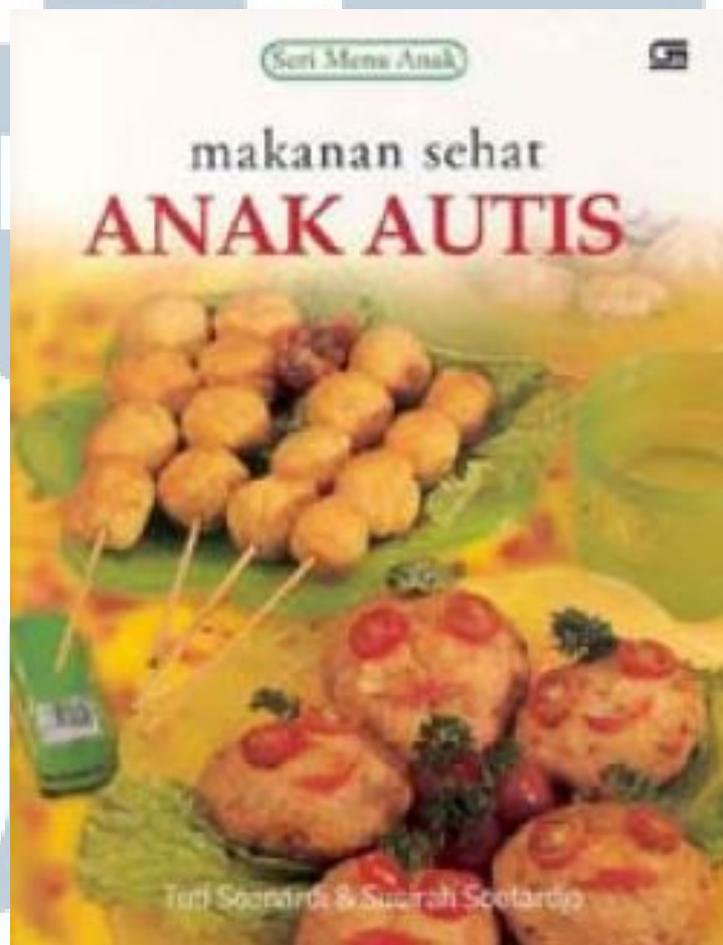
#### **3.1.1.5. Kesimpulan Wawancara**

Menurut penulis keresahan-keresahan yang ditemui sangat memperkuat alasan penulis untuk membuat buku menu diet ini karena dapat dipastikan bahwa yang mereka butuhkan adalah buku menu itu sendiri. Dan penulis akan menguatkan argumen untuk membuat buku menu ini dengan cara melakukan studi eksisting dengan melihat buku menu yang sudah ada.

### 3.1.2. Studi Eksisting

Observasi eksisting yang dilakukan oleh penulis adalah dengan menjadikan buku yang telah ada di pasaran menjadi referensi dan tolak ukur bagi penulis dalam perancangan. Diantaranya adalah:

1. Makanan Sehat Anak Autis.



Gambar 3.1. Makanan Sehat Anak Autis

(Sumber: *Bukabuku.com*)

Judul : Makanan Sehat Anak Autis

Penulis : Tuti Soenardi

Tahun terbit : 2002

Penerbit : Gramedia

Buku ini dibanjiri sangat banyak informasi variatif menu masakan yang dibutuhkan oleh penderita autisme. Namun buku ini terbit pada tahun 2002 yang menyebabkan buku ini tidak memiliki menu variatif baru. Secara penampilan *cover* dapat kita lihat bahwa *design* yang ada kurang menarik pembaca karena pemilihan warna yang kurang variatif, dan saturasi yang kurang diatur dengan baik membuat buku ini terlihat kusam. Pemilihan jenis huruf judul dapat dilihat kurang variatif karena yang digunakan hanya satu jenis huruf. Buku ini ditujukan kepada orangtua dengan anak autisme namun kurang menggambarkan bahwa ini untuk orangtua maupun ini mengandung informasi untuk anak. Setelah itu penulis rasa buku ini menggunakan *grid* kurang dinamis, gambar yang ada pun kurang berwarna dan peletakkannya tidak mengikuti *rule of third* maka para pembaca tidak dapat mengetahui gambar mana yang difokuskan utama, titik fokus sangat luas. Ditambah buku ini sulit digunakan ketika para pembaca ingin mencoba mempraktekan masakannya sambil membacanya di dapur. Karena bentuk buku seperti buku di atas tidak bisa diberdirikan maka daya terbacaannya sulit. Jika dibiarkan terbuka di meja dapur pun pasti akan susah jika tidak disanggah beban.

Penulis kesulitan menemukan buku ini untuk dibedah secara lebih karena menurut beberapa toko buku, buku ini sudah tidak diproduksi lagi. Maka yang dapat penulis lakukan hanyalah membedahnya dari luar saja.

2. Panduan Praktis Pemberian Makanan Sehat, Lezat, dan Tepat Bagi Anak Dengan Autis.



Gambar 3.2. Panduan Praktis Pemberian Makanan Sehat, Lezat, dan Tepat bagi Anak dengan Autis

(Sumber: *Bukabuku.com*)

Judul : Panduan Praktis Pemberian Makanan Sehat, Lezat, dan Tepat bagi Anak dengan Autis.

Penulis : Prof. Dr. F. G. Winarno, Widya Agustinah S.Si., & Rini Sanjoto MBA

Tahun terbit : 2002

Penerbit : Gramedia

Di dalam buku sangat banyak informasi akan menu makanan dan gizi tepat untuk penderita autisme karena salah satu penulisnya adalah Prof. Winarno yang sudah dikenal menguasai tentang ilmu nutrisi. Namun sangat disayangkan sulitnya menemukan buku ini di pasaran karena buku ini terbit pada 2002.

Dapat dilihat *cover* yang ada terlalu berwarna seperti buku untuk anak padahal buku ini ditujukan untuk orangtua yang memiliki anak autisme. Bagi mata orangtua yang mulai senja, warna terlalu mencolok dan kontras seperti ini akan memusingkan mereka. Pemilihan huruf yang digunakan terlalu banyak jenis membuat orang yang membacanya sedikit pusing. *Grid* yang ada sangat dinamis, pengaturan *rule of third* yang digunakan pun sangat baik, pembaca bisa dengan jelas mengetahui harus memfokuskan pandangan kearah mana. Sama seperti buku sebelumnya, buku ini sulit digunakan ketika para pembaca ingin mencoba mempraktekkan masakannya sambil membacanya di dapur. Karena bentuk buku seperti buku di atas tidak bisa diberdirikan maka daya terbacaannya sulit. Jika dibiarkan terbuka di meja dapur pun pasti akan susah jika tidak disanggah beban.

Penulis tidak dapat menemukan buku ini karena buku ini sudah lama tidak diproduksi lagi maka yang bisa penulis lakukan adalah membedahnya dari halaman depan saja

#### **3.1.2.1. Kesimpulan Observasi**

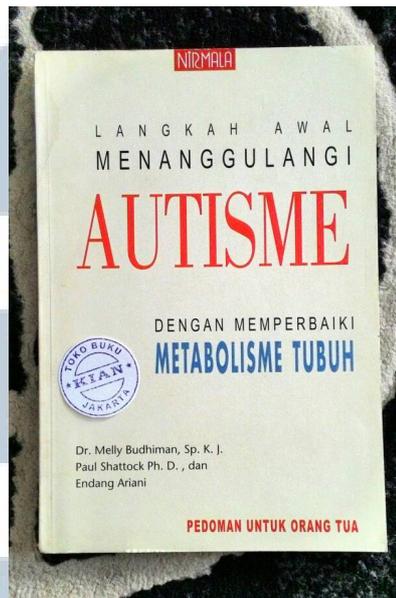
Kesimpulan yang dapat didapatkan adalah buku sejenis sangat susah ditemukan di pasaran karena tahun terbit yang sudah tergolong tua. Dan sekaligus mudah ditemukan buku sejenis, biasanya menggunakan bahasa asing dan menggunakan bahan-bahan yang sulit ditemukan di Indonesia. Secara perancangan disain pun

terasa kurang menarik mungkin karena buku buku tersebut dikeluarkan pada tahun 2002.

Penulis ingin membuat buku yang mudah diterapkan oleh konsumen baik secara pemilihan bahasa, bahan masakan, serta kemudahannya dinikmati secara disain. Penulis akan menggunakan media fotografi sebagai media visual yang akan memudahkan konsumen dalam penerapan. Karena fotografi memiliki warna yang tepat bagi makanan yang dipresentasikan. Dalam *grid* penulis menggunakan *modular* agar peletakan agar lebih dinamis. Pemilihan warna pastel juga bertujuan agar mata pembaca yang bertujuan kepada orangtua yang memiliki anak autisme nyaman dalam menikmati buku.

### **3.1.3. Studi Literatur**

Untuk mendapatkan ketepatan dalam menulis konten, penulis menggunakan satu buku sebagai sumber utama dalam pendataan studi literatur. Buku ini memiliki konten yang sangat tepat bagi penulis baik mengenai autisme maupun mengenai gizi yang tepat. Buku yang akan di gunakan berjudul: Langkah Awal Menanggulangi Autisme dengan Memperbaiki Metabolisme Tubuh.



Gambar 3.3. Langkah Awal Menanggulangi Autisme dengan Memperbaiki Metabolisme Tubuh

(Langkah Awal Menanggulangi Autisme dengan Memperbaiki Metabolisme Tubuh/Dr. Melly Budhiman, Sp. K. J., Paul Shattock Ph. D., & Endang Ariani)

Judul : Langkah Awal Menanggulangi Autisme dengan Memperbaiki Metabolisme Tubuh

Penulis : Melly Budhiman, Sp. K. J., Paul Shattock Ph. D., & Endang Ariani

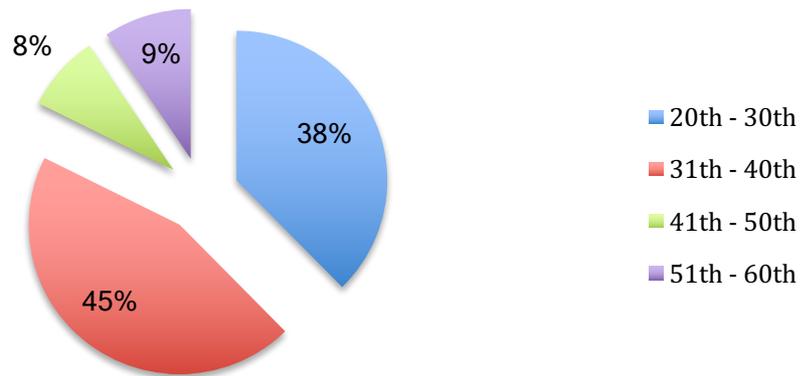
Tahun terbit : 2002

Penerbit : Nirmala

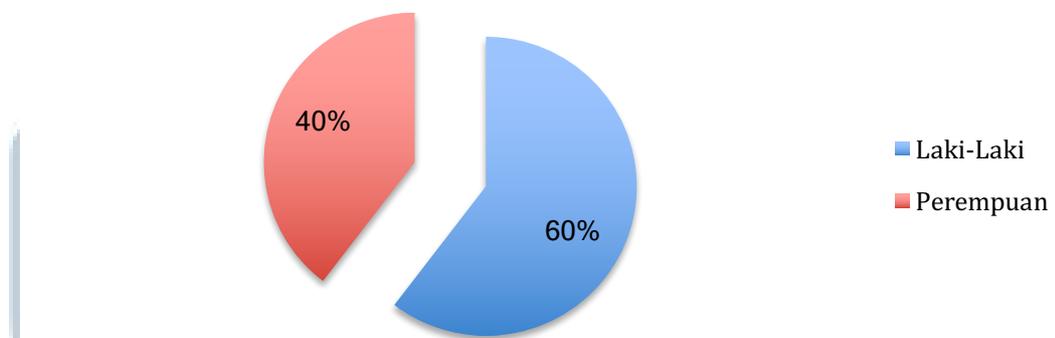
Buku ini menjelaskan tentang apa itu autisme dengan jelas dan juga menjelaskan tentang gizi yang tepat bagi penderita autisme. Penulis banyak mendapat ilmu dari buku ini dan penulis akan memparafrase beberapa bagian buku, lalu memparafrase sumber lain demi memperkaya hasil buku menu buatan penulis.

### 3.1.4. Kuesioner

Penulis membuat kuesioner menggunakan *google form* dan disebarakan secara online pada 19-21 September 2017. Terkumpul 96 responden yang memiliki rentan usia dari 20-60 tahun dengan 40% perempuan dan 60% laki-laki.



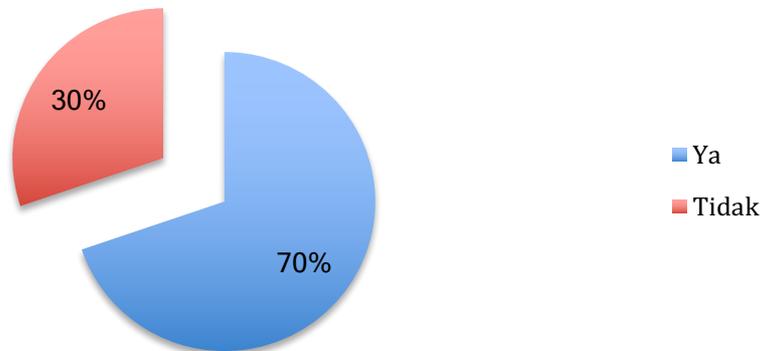
Tabel 3.1. Range Umur



Tabel 3.2. Jenis Kelamin

Pertanyaan selanjutnya adalah: “Apa Anda memiliki kenalan yang menderita autisme?”

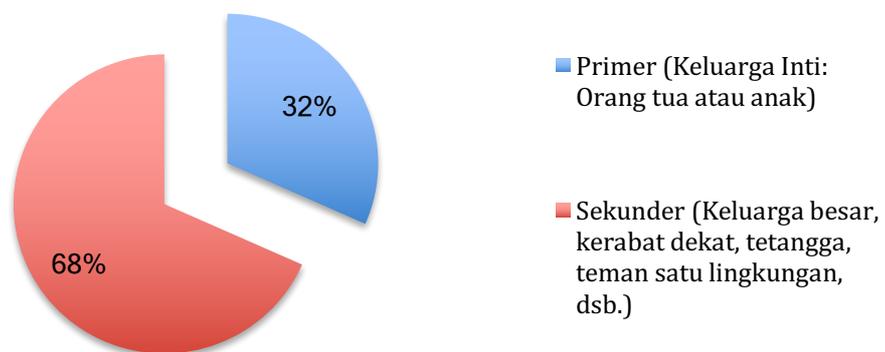
UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA



Tabel 3.3. Memiliki Kenalan Autisme atau Tidak

Lebih dari setengah responden atau 67 orang dari 96 orang memiliki kenalan yang menderita autisme. Kesimpulan yang dapat penulis ambil adalah banyaknya jumlah kerabat para responden yang menderita autisme.

Pertanyaan keempat adalah: “Hubungan apa yang Anda miliki dengan penderita autisme?”

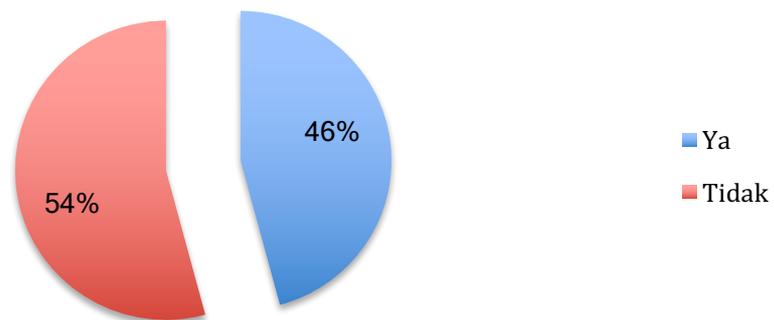


Tabel 3.4. Memiliki Hubungan Apa dengan Penderita Autisme

N U S A N T A R A

Hampir setengah responden memiliki hubungan sekunder dengan penderita autisme.

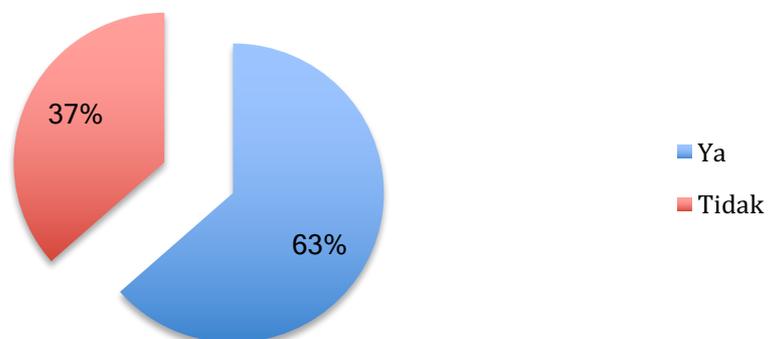
Pertanyaan kelima adalah: “Apakah Anda tahu bahwa anak autisme memiliki diet yang khusus?”



Tabel 3.5. Tahu Diet Khusus Autisme atau Tidak

Lebih dari setengah bahwa 54% mengaku tahu akan diet khusus yang dimiliki oleh penderita autisme dan 46% mengaku tidak mengetahuinya.

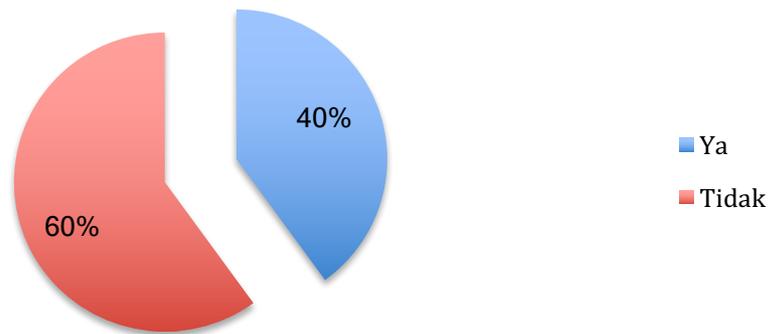
Pertanyaan keenam adalah: “Apa Anda tahu gluten?”



Tabel 3.6. Tahu Gluten atau Tidak

Lebih dari setengah responden atau 63 orang dari 96 orang mengaku tahu apa itu gluten dan sisanya mengakui tidak mengetahuinya.

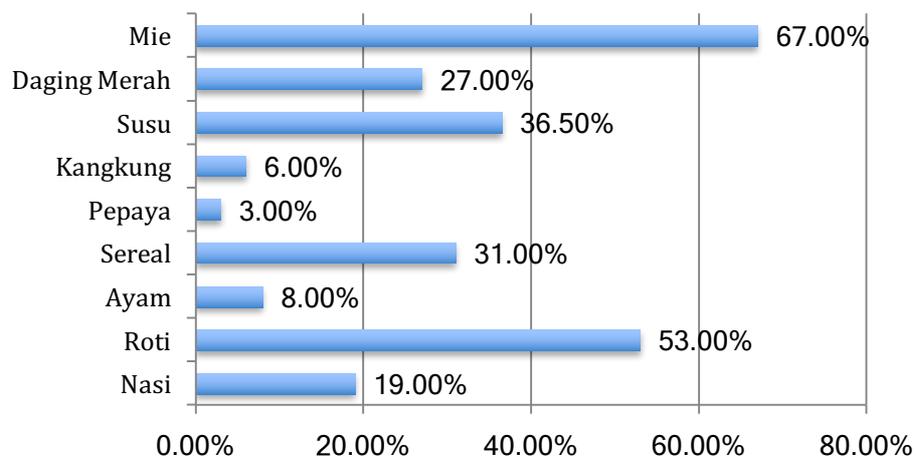
Pertanyaan ketujuh adalah: “Apa Anda tahu kasein?”



Tabel 3.7. Tahu Kasein atau Tidak

Berbanding kebalik dengan pengetahuan tentang gluten, lebih dari setengah responden atau 60 orang dari 96 orang tidak mengetahui tentang apa itu kasein.

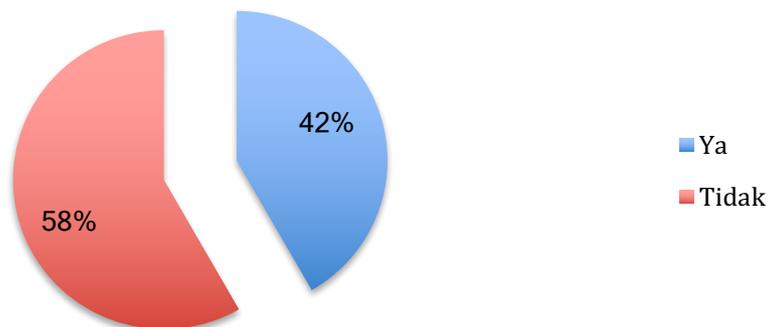
Pertanyaan kedelapan adalah: “Makanan apa saja yang anda tahu tidak dapat dikonsumsi dengan baik oleh penderita autisme?”



Tabel 3.8. Makanan apa saja yang Tidak Dapat Dikonsumsi Penderita Autisme

Dapat dilihat masih ada yang memilih ayam, pepaya, kangkung, bahkan daging merah meskipun kenyataannya itu tidak memiliki gluten ataupun kasein.

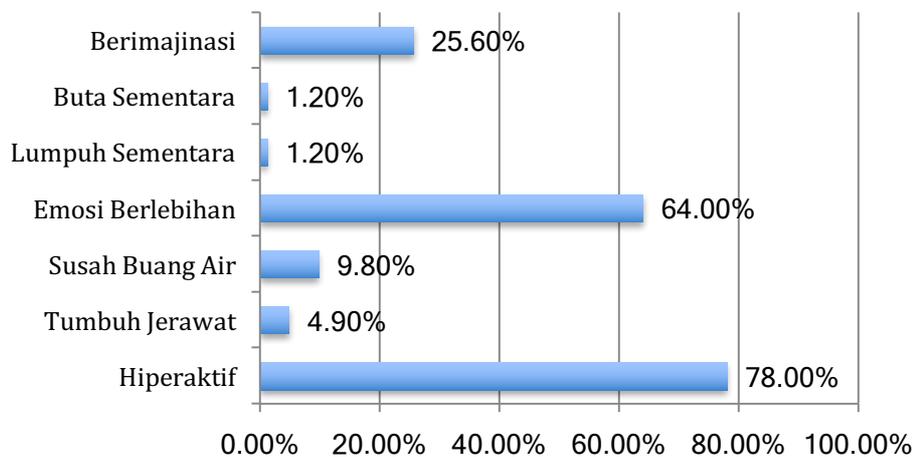
Pertanyaan kesembilan adalah: “Apakah Anda tahu akibat jika anak autisme mengkonsumsi gluten dan kasein?”



Tabel 3.9. Tahu Akibat Penderita Autisme jika Mengonsumsi Gluten dan Kasein atau Tidak

Lebih dari setengah responden ternyata tidak mengetahui akibat yang dapat terjadi ketika anak autisme mengkonsumsi gluten dan kasein.

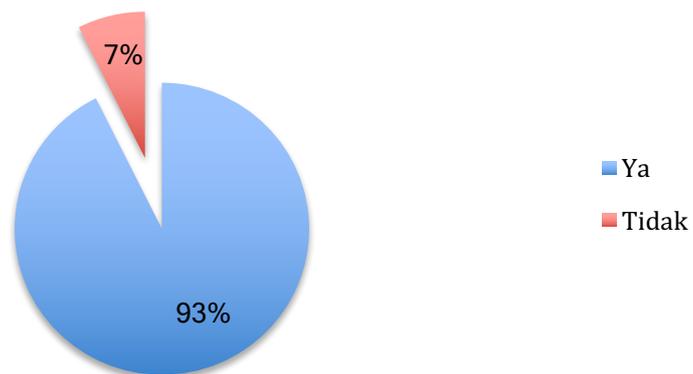
Pertanyaan kesepuluh adalah: “Akibat apa yang Anda tahu jika anak autisme mengkonsumsi gluten dan kasein



Tabel 3.10. Akibat

Dapat dilihat ada yang berfikir bahwa lumpuh atau buta sementara adalah salah satu akibatnya meskipun itu tidak ada sangkut pautnya sama sekali.

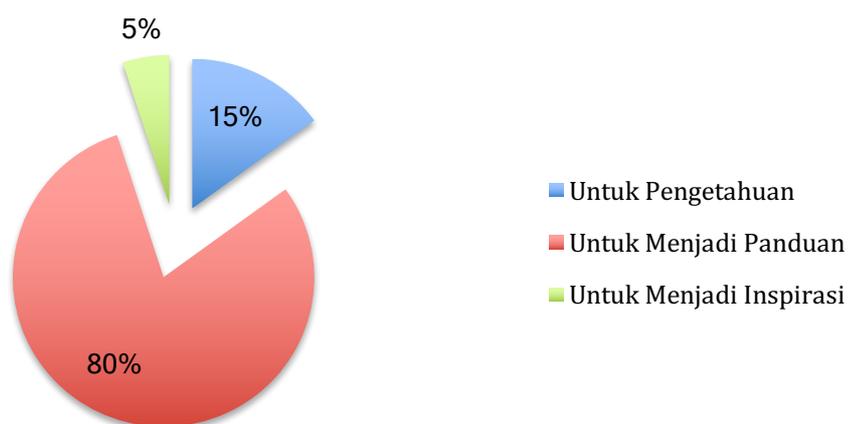
Pertanyaan kesebelas adalah: “Apakah Anda merasa butuh pengetahuan lebih tentang gizi yang tepat untuk anak autisme?”



Tabel 3.11. Butuh Pengetahuan Lebih atau Tidak

Hampir semua responden menjawab bahwa mereka merasa butuh, hanya ada 7 orang dari 96 orang yang merasa tidak butuh.

Pertanyaan terakhir adalah: “Mengapa?”



Tabel 3.12. Alasan

NUSANTARA

#### 3.1.4.1. Kesimpulan Kuesioner

Dari hasil kuesioner di atas, penulis menyimpulkan bahwa banyak dari responden yang memiliki kerabat penderita autisme namun kurang pengetahuan tentang diet khusus yang dimiliki para penderita. Beberapa ada yang merasa tahu tentang diet khusus ini namun ternyata tidak tahu apa saja yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi. Beberapa juga ada yang tidak tahu apa yang diakibatkan gluten dan kasein dalam tubuh penderita autisme.

Alasan-alasan para responden yang merasa butuh pengetahuan lebih tentang diet ini sebagian besar adalah kurangnya informasi dan sulitnya mendapatkan informasi tentang diet khusus autisme. Dengan hal tersebut memperkuat penulis untuk membuat buku menu diet untuk penderita autisme.

#### 3.1.5. SWOT

##### 1. *Strengths*

- a. Buku ini memiliki tujuan yang kuat.
- b. Desain akan dibuat semenarik mungkin.
- c. Selain desain yang menarik, juga memiliki konten yang bermanfaat.

### 3. *Weakness*

- a. Ketika semua resep telah dicoba dan anak mulai bosan dengan menu yang ada, pembaharuan buku menu ini membutuhkan waktu yang tidak sebentar.

### 4. *Opportunity*

- a. Belum ada buku sejenis dengan bahasa Indonesia yang mudah ditemukan dan mudah diterapkan.

### 1. *Threat*

- a. Kecenderungan tidak suka membaca terlalu tinggi.
- b. Maraknya dunia maya membuat buku kekurangan peminat.

## 3.2. Metodologi Perancangan

Dalam perancangan buku menu ini penulis akan merancang dengan mengikuti 4 metode desain yang paling penting diperhatikan (menurut Guan & Biernert, 2012):

### 1. *Gridding*

Dalam setiap desain, *grid* sebagai kerangka sangat dibutuhkan agar hasil terlihat lebih rapih dan tersusun.

## 2. Pemilihan *Font*

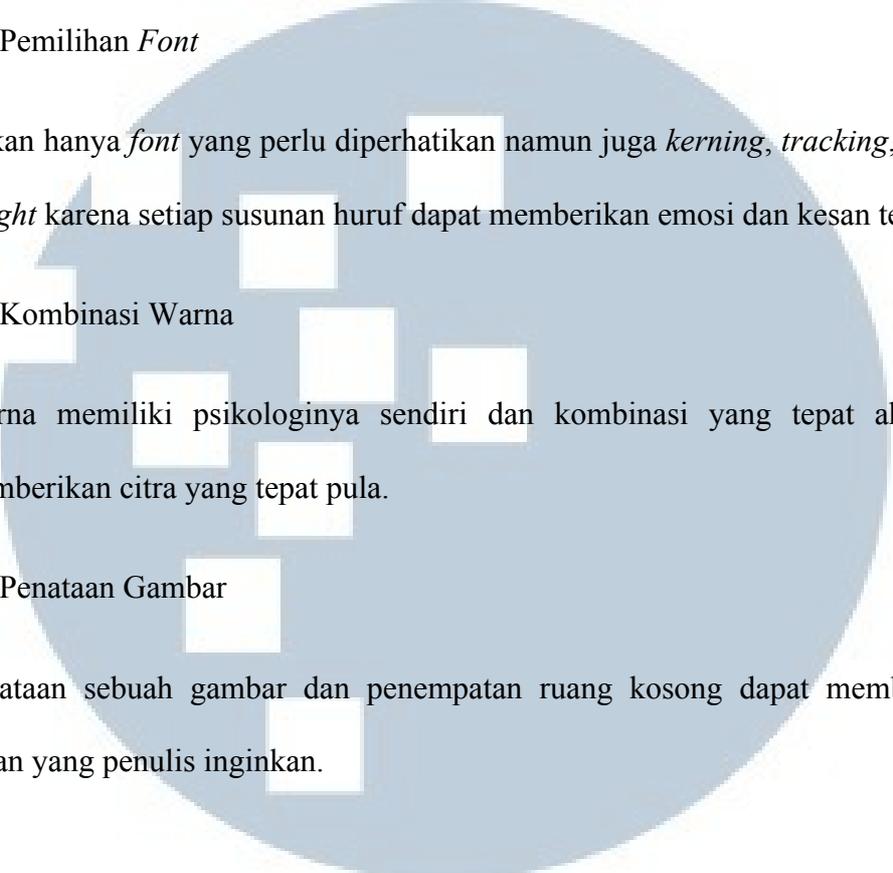
Bukan hanya *font* yang perlu diperhatikan namun juga *kerning*, *tracking*, serta *font weight* karena setiap susunan huruf dapat memberikan emosi dan kesan tersendiri.

## 3. Kombinasi Warna

Warna memiliki psikologinya sendiri dan kombinasi yang tepat akan dapat memberikan citra yang tepat pula.

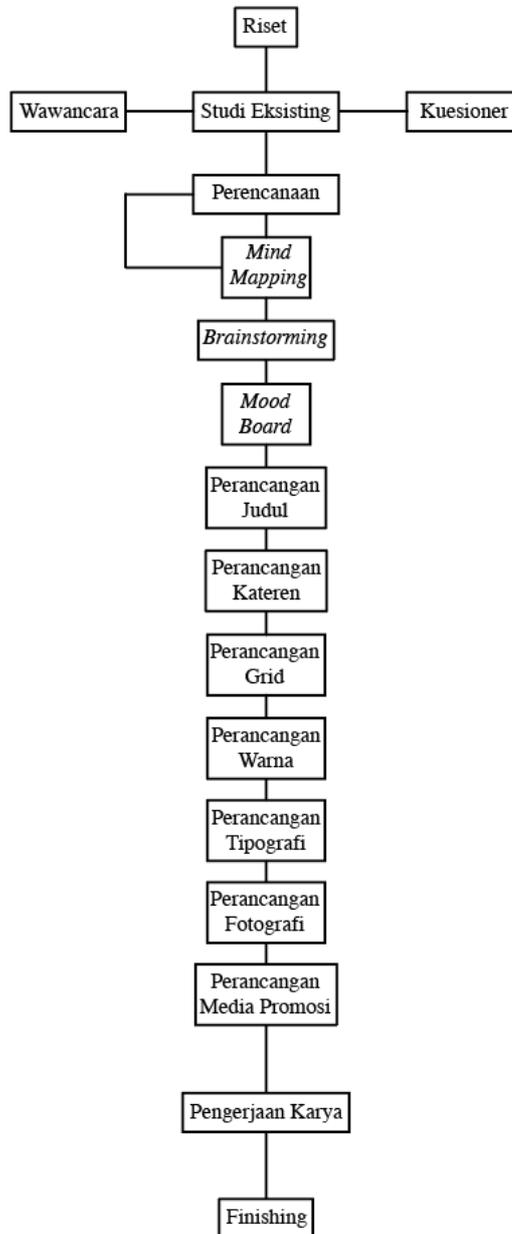
## 4. Penataan Gambar

Penataan sebuah gambar dan penempatan ruang kosong dapat memberi suatu kesan yang penulis inginkan.

A large, light blue circular watermark logo is centered in the upper half of the page. It features a stylized 'U' shape on the left and a stylized 'M' shape on the right, both composed of white rectangular blocks. Below the watermark, the text 'UMN' is displayed in a large, bold, light blue sans-serif font. Underneath 'UMN', the full name of the university is written in a smaller, light blue sans-serif font, arranged in three lines: 'UNIVERSITAS', 'MULTIMEDIA', and 'NUSANTARA'.

UMN  
UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA

### 3.2.1. Skema Perancangan



Gambar 3.14. Skema Perancangan