

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN DAN PERANCANGAN

3.1 Metodologi Penelitian

Sugiyono (dalam Cutani, 2021) menjelaskan bahwa metodologi penelitian merupakan cara ilmiah untuk memperoleh data yang valid atau nyata. Metodologi Penelitian dibagi menjadi dua jenis, yaitu metode pengumpulan kualitatif dan kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang memasukkan data statistik berdasarkan filosofi *positivism* yang digunakan dalam alat penelitian. Metode kualitatif adalah metode pengumpulan data bersifat induktif atau kualitatif yang menggunakan filosofi *positivism* untuk menemukan keadaan subjek secara alamiah.

3.1.1 Metode Kualitatif

Menurut Cresswel (2013), metode kualitatif adalah pendekatan penelitian yang melibatkan pengumpulan dan analisis data yang tidak berbentuk angka, di mana lebih fokus terhadap konteks, makna, dan pengalaman individu atau kelompok. Pada metode ini, penulis melakukan pengumpulan data melalui wawancara bersama dokter anak, studi eksisting, dan studi referensi.

3.1.1.1 Wawancara

Pada tanggal 27 April 2023, penulis melakukan wawancara bersama dengan Dr. Lanny C. Gultom, Sp.A(K), selaku dokter spesialis anak di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. Wawancara ini dilakukan secara daring menggunakan Google Meet pada pukul 20.00 WIB. Wawancara ini bertujuan untuk memperoleh data kasus kolesterol tinggi pada anak, penyebab dari kolesterol, dampak dari kolesterol tinggi, dan bagaimana cara menanganinya.



Gambar 3. 1 Wawancara dengan narasumber

Hasil wawancara DR. dr. Lanny C Gultom, SpA (K) Nutrisi, Metabolik: Penyakit kolesterol tinggi ada banyak faktor penyebabnya, yang secara umum dapat dibagi dalam 2 kelompok, yaitu faktor endogenik (genetik) dan faktor eksogen. Di Indonesia hampir 90% dari kasus kolesterol tinggi adalah dampak dari obesitas atau termasuk faktor eksogen. Kalau untuk kasus endogen atau genetik prevalensi atau angka kejadiannya sangat kecil. Pemeriksaan hiperkolesterol untuk kasus genetik sangat mahal, dan belum bisa dilakukan di Indonesia.

Berdasarkan penelitian kakak tingkat, kasus kolesterol tinggi yang diderita anak Sekolah Dasar (usia 6 – 12 tahun) di Indonesia sudah mencapai 20 – 30%. Sedangkan hasil penelitian yang saya lakukan untuk usia remaja yang menderita obesitas, hampir 40-50% sudah mengalami peningkatan kadar kolesterol secara keseluruhan (kolesterol total, trigelidid dan LDL).

Kasus obesitas pada anak di Indonesia sudah bisa dikategorikan tinggi, terutama dalam kurun waktu 2 tahun terakhir ini, kasus obesitas naik sangat tinggi karena adanya pandemi covid 19. Hal ini terjadi karena aktivitas anak baik di rumah ataupun di sekolah hampir tidak ada. Asupan makanan yang cukup banyak pada anak menjadi berlebihan, karena tidak diimbangi dengan aktivitas fisik dengan kata lain penggunaan energi kalori dalam tubuh sangat sedikit, kelebihan asupan ini akan disimpan tubuh sebagai cadangan. Untuk pendeteksian awal untuk kasus anak obesitas, pemeriksaan dilakukan apakah sudah terjadi komplikasi. Jika sudah terjadi, maka pemeriksaan kolesterol menjadi wajib. Saat pandemik kemarin ada kasus anak yang mengalami kenaikan berat badan 40 kg dalam 2 tahun dari 80 kg menjadi 120 kg. Saat ini setelah penanganan turun menjadi 98 kg diusia sekarang 14 tahun, dan harus mencapai berat badan awal 80 kg seperti saat berusia 12 tahun (itupun masih terlihat gemuk). Kasus lainnya terjadi pada anak kelas 6 SD mengalami *stroke non hemoragik*, obesitas tinggi dan trigliseridanya 300 mg/dl. Menentukan anak menderita obesitas atau tidak dengan menggunakan kurva *WHO grow chart*, misalkan anak usia 9 tahun berat badan (bb) 50 kg tinggi badan (tb) 134 cm. Kita lihat di table bb/tb (50kg/134 cm) hasil persentilnya 50, jadi berat badan ideal dipersentil 50 adalah 29 kg, dan ini adalah berat badan ideal. Kemudian dihitung berat badan saat ini dibagi berat badan ideal, yaitu $50/29 = 1.72$ mendekati 200%, artinya kalau sudah diatas 100% sudah termasuk kategori kelebihan berat badan (normalnya 90 – 110%) bisa *overweight* atau obesitas. Untuk menentukan indeks massa tubuh (IMT) $(bb/tb)^2$ yaitu $(50/134^2)$ didapatkan 0,27. Kemudian melihat table indeks usia 9 didapat persentil 85 – 95, maka anak tersebut hanya kasus *overweight*, untuk obesitas persentilnya adalah diatas 95. Obesitas itu sendiri menjadi 3 kategori yaitu: ringan, sedang dan berat (parah).

Pemeriksaan kolesterol dilakukan dalam 4 tahap, yaitu kolesterol total, trigliserida, LDL dan HDL. Pemeriksaan ini harus dilakukan dalam kondisi puasa minimal 12 jam.

Secara prinsip Tindakan untuk kolesterol tinggi tidak hanya konsumsi obat tetapi harus didampingi oleh perubahan pola hidup.

1. Pengobatan, mengkonsumsi kelompok statin (10 th keatas) dan pravastatin (dibawah 10 th) yang kesemuanya mempunyai efek untuk waktu yang lama.
2. Perubahan pola hidup, mengkonsumsi makanan tertentu dan menghindari jenis makanan tertentu (*National Cholesterol Education Program*) dan diikuti aktivitas fisik yang disarankan.

Penanganan penderita kolesterol tinggi pada anak obesitas berdasarkan pengalaman praktek di rumah sakit sangat mudah, karena orang tua sudah memiliki kesadaran dan pemahaman tentang resiko (efek samping) jika dibiarkan.

3.1.2 Metode Kuantitatif

Matthews dan Ross dikutip dari Saldanha dan O'Brien (2014), kuesioner adalah suatu cara untuk meriset yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang diikuti dengan beberapa rentang jawaban. Untuk perancangan media ini, penulis akan membagikan kuesioner kepada orang tua yang menikah dan yang memiliki anak yang berusia antara 6—12 tahun. Diperlukan sebanyak 100 responden dari populasi sebanyak 134.599.627 jiwa (kemendagri.co.id, 2022) menggunakan rumus Slovin dengan derajat ketelitian sebesar 10%. Kuesioner ini disebarakan pada tanggal 17 Maret 2023 hingga 4 April 2023. Tujuan dari kuesioner ini, yaitu untuk mengetahui pemahaman dan penerapan pola hidup sehat dari orang tua kepada anaknya baik di rumah maupun di sekolah. Perhitungan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin, berikut perhitungannya:

Keterangan:

n= Ukuran sampel/jumlah responden

N= Jumlah Populasi

e= Tingkat kesalahan

$$n = \frac{N}{1 + (N \cdot e^2)}$$

$$n = \frac{134.599.627}{1 + (134.599.627 \cdot 0,1^2)}$$

$$n = \frac{134.599.627}{1 + (134.599.627 \cdot 0,01)}$$

$$n = \frac{134.599.627}{1 + (1.345.996,27)}$$

$$n = \frac{134.599.627}{1.345.997,27}$$

$$n = 99,99$$

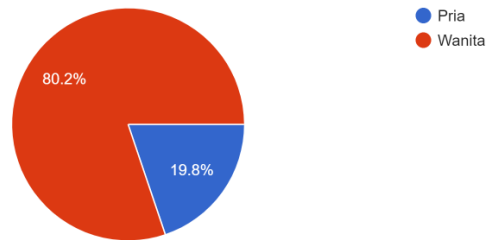
Dibulatkan menjadi 100 sampel

Setelah menghitung menggunakan rumus slovin, sampel yang harus dikumpulkan oleh penulis minimal sebanyak 100 responden. Berikut pertanyaan kuesioner beserta hasil pengumpulan data dari 106 responden dengan usia antara 28 - 52 tahun yang terdiri dari 85 perempuan dan 21 laki-laki.

Untuk menentukan frekuensi kegiatan yang ditanyakan oleh penulis sesuai arahan narasumber, dasar perhitungannya adalah kegiatan yang dilakukan dalam 1 minggu. Dengan catatan tidak pernah artinya tidak dilakukan (0), jarang artinya dilakukan selama 1—2 kali seminggu, kadang-kadang artinya dilakukan selama 3—4 kali seminggu, dan sering artinya dilakukan selama 5 – 6 kali seminggu.

Untuk durasi aktivitas fisik sesuai dengan arahan dari narasumber, maka yang akan dihitung cukup adalah aktivitas yang dilakukan minimal 60 menit. Sedangkan aktivitas yang dilakukan kurang dari 60 menit tidak dihitung.

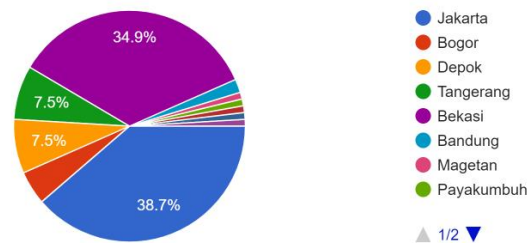
Jenis Kelamin
106 responses



Gambar 3. 2 Jumlah Responden

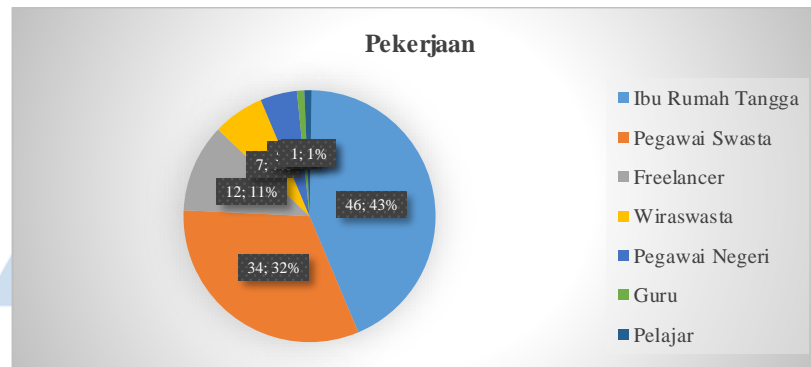
Penulis membagikan kuesioner elektronik kepada responden melalui media sosial, yaitu WhatsApp berdasarkan informasi dari keluarga, teman, dan data dari salah satu sekolah di Jakarta Timur, dan meminta kesediaan serta meluangkan waktu responden untuk mengisi kuesioner.

Domisili
106 responses



Gambar 3. 3 Domisili Responden

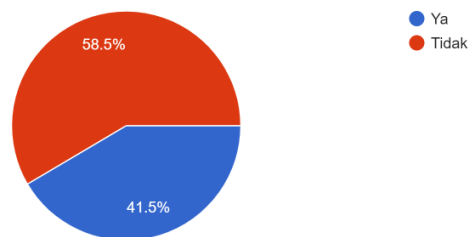
Berdasarkan data hasil pengumpulan kuesioner, penulis mendapatkan data sebaran domisili responden seperti yang tercantum pada gambar 3.2, yaitu 41 responden berdomisili di Jakarta, 37 responden berdomisili di Bekasi, 8 responden berdomisili di Tangerang, 8 responden berdomisili di Depok, 12 responden berdomisili tersebar di Bogor, Bandung, Magetan dan Payakumbuh.



Gambar 3.3 Pekerjaan Responden

Penulis juga menanyakan bidang pekerjaan atau kegiatan responden saat ini, seperti yang terlihat pada gambar 3.3, dengan hasil sebagai berikut 46 responden adalah Ibu Rumah Tangga, 34 responden adalah pegawai swasta, 12 responden adalah *freelancer*, 7 responden adalah wiraswasta, 5 responden adalah pegawai pegawai negeri, 1 responden adalah guru, dan 1 responden adalah mahasiswa.

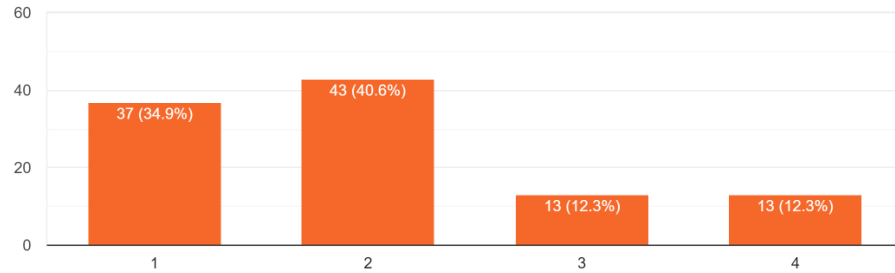
Apakah Anda sering membeli makanan siap saji?
106 responses



Gambar 3. 4 Membeli Makanan Siap Saji

Penulis menanyakan kepada responden sebagai orang tua yang membeli makanan dan minuman siap saji untuk dikonsumsi oleh anaknya, seperti terlihat dari gambar 3.4, 62 responden menjawab tidak sering membeli makan siap saji untuk anaknya, dan 44 responden menjawab sering membelikan makan siap saji untuk dikonsumsi anaknya.

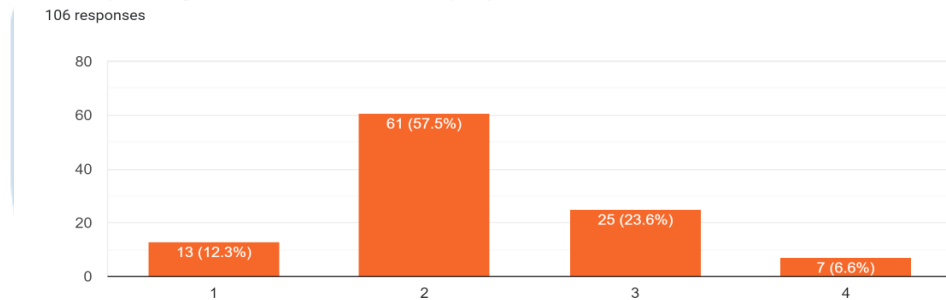
Apakah Anda memperhatikan kandungan makanan siap saji yang Anda beli?
106 responses



Gambar 3. 5 Memperhatikan Kandungan Makanan Siap Saji

Kepada responden ditanyakan apakah sebagai orang tua, memperhatikan kandungan makanan siap saji yang akan dikonsumsi oleh anaknya, Berikut hasil yang didapatkan oleh penulis. Berdasarkan gambar 3.5, terdapat 37 responden menyatakan tidak pernah memperhatikan kandungan makan siap saji, 43 responden menyatakan jarang memperhatikan kandungan makan siap saji, 13 responden menyatakan kadang-kadang memperhatikan dan 13 responden menyatakan sering memperhatikan kandungan makanan siap saji.

Seberapa sering Anda membeli makanan siap saji?
106 responses



Gambar 3. 6 Membeli Makanan Siap Saji

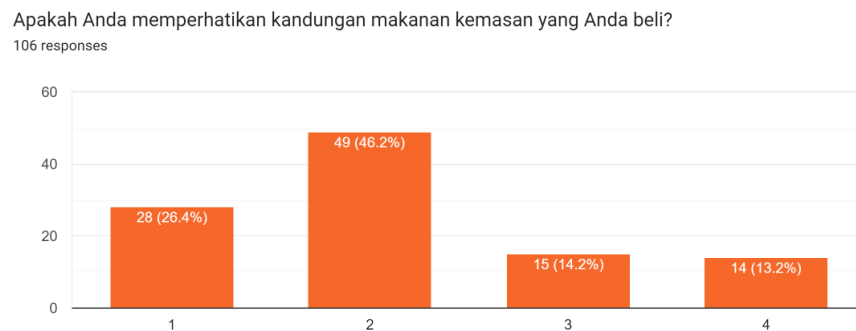
Terdapat 13 responden yang menjawab tidak pernah membeli makanan siap saji, 61 responden yang menjawab jarang membeli makanan siap saji, 25 responden yang menjawab kadang-kadang membeli makanan

siap saji, dan 7 responden menjawab sering membeli makanan siap saji. Sesuai dengan gambar 3.6.



Gambar 3. 7 Membeli Makanan Kemasan

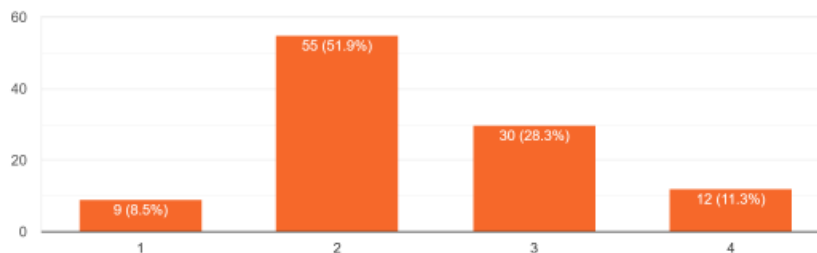
Terdapat 57 responden yang menjawab sering membeli makanan dalam kemasan untuk dikonsumsi dirumah dan 49 responden yang menjawab jarang untuk mengkonsumsi makanan kemasan untuk dikonsumsi anak, sesuai dengan data yang tercantum pada gambar 3.7.



Gambar 3. 8 Kandungan Makanan Kemasan

Berdasarkan gambar 3.8, terdapat 28 responden menyatakan tidak pernah memperhatikan kandungan yang terdapat pada makanan kemasan, 49 responden menyatakan jarang memperhatikan kandungan yang terdapat pada makanan kemasan, 15 responden menyatakan kadang-kadang memperhatikan kandungan yang terdapat dalam makanan kemasan, dan 14 responden menyatakan sering memperhatikan kandungan makanan kemasan.

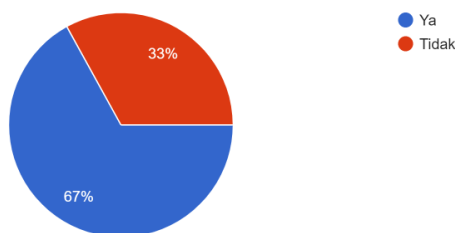
Seberapa sering Anda membeli makanan kemasan?
106 responses



Gambar 3. 9 Seberapa Sering Membeli Makanan Kemasan

Berdasarkan data pada gambar 3.9, terdapat 9 responden menyatakan tidak pernah membeli makanan kemasan, 55 responden menyatakan jarang membeli makanan kemasan, 30 responden menyatakan kadang-kadang membeli makanan kemasan, 12 responden menyatakan sering membeli makanan kemasan untuk dikonsumsi anak.

Apakah Anda sering membeli makanan dari luar?
106 responses



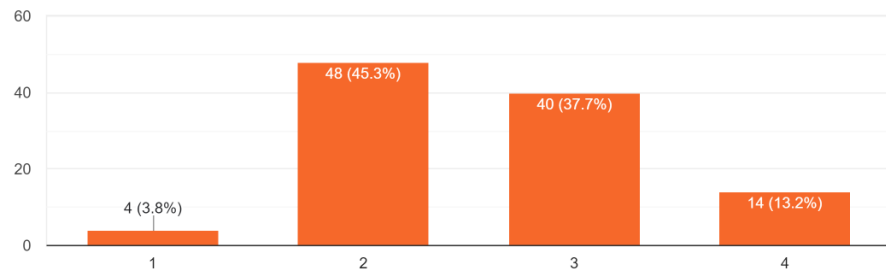
Gambar 3. 10 Membeli Makanan dari Luar

Berdasarkan data pada gambar 3.10, terdapat 71 responden menyatakan jarang membeli makanan diluar untuk dikonsumsi anak, dan 35 responden menyatakan sering membeli makanan dari luar untuk dikonsumsi anak.

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

Seberapa sering Anda membeli makanan dari luar?

106 responses

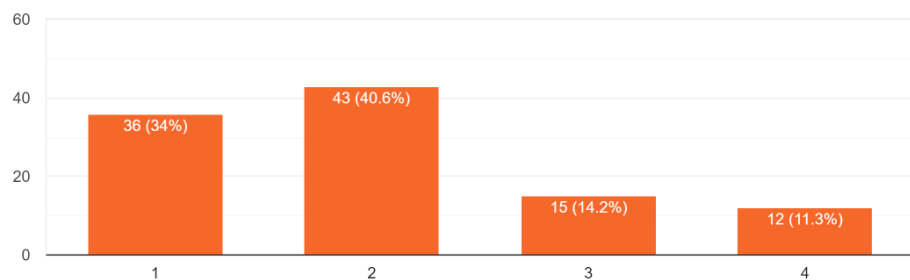


Gambar 3. 11 Membeli Makanan dari Luar

Berdasarkan data pada gambar 3.11, terdapat 4 responden menyatakan tidak pernah membeli makanan dari luar, 48 responden menyatakan jarang membeli makanan dari luar, 40 responden menyatakan kadang-kadang membeli makanan dari luar, dan 14 responden menyatakan sering membeli makanan dari luar untuk dikonsumsi anak.

Apakah Anda memperhatikan kandungan makanan yang Anda beli dari luar?

106 responses



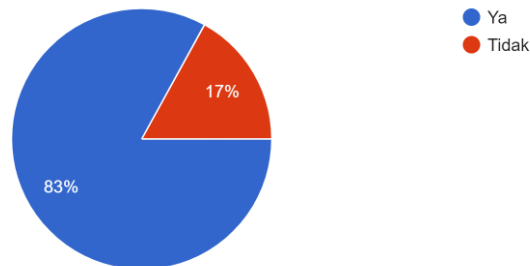
Gambar 3. 12 Kandungan Makanan dari Luar

Berdasarkan data pada gambar 3.12, terdapat 36 responden menyatakan tidak pernah memperhatikan kandungan makanan yang dibeli dari luar, 43 responden menyatakan jarang memperhatikan kandungan makanan yang dibeli dari luar, 15 responden menyatakan kadang-kadang memperhatikan kandungan makanan yang dibeli dari luar, dan 12 responden

menyatakan sering memperhatikan kandungan makanan yang dibeli dari luar untuk dikonsumsi anak.

Apakah Anda memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah?

106 responses

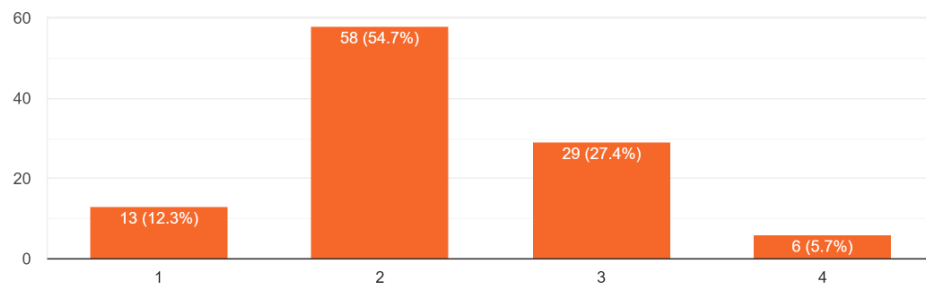


Gambar 3. 13 Memperbolehkan Anak Jajan Di luar Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.13, terdapat 88 responden menyatakan memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah, dan 18 responden menyatakan tidak memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah.

Seberapa sering Anda memperbolehkan anak untuk jajan di luar?

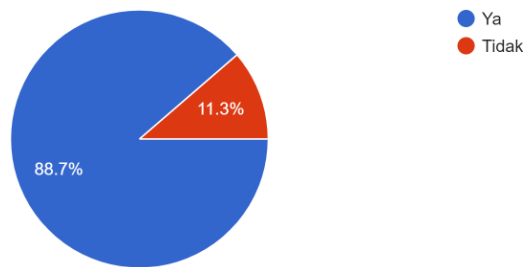
106 responses



Gambar 3. 14 Memperbolehkan Anak Jajan Di luar Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.14, terdapat 13 responden menyatakan tidak pernah memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah, 58 responden menyatakan jarang memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah, 29 responden kadang-kadang memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah, dan 6 responden menyatakan sering memperbolehkan anak untuk jajan di luar rumah.

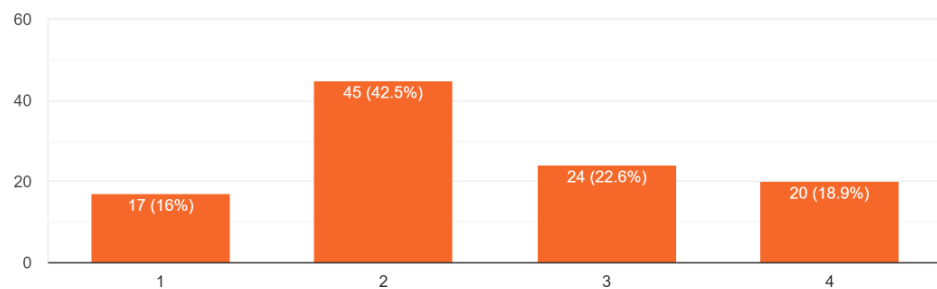
Apakah Anda membatasi anak untuk jajan di luar rumah?
106 responses



Gambar 3. 15 Membatasi Anak Jajan Di luar Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.15, terdapat 94 responden menyatakan membatasi anak untuk jajan di luar rumah dan 12 responden menyatakan tidak membatasi anak untuk jajan di luar rumah.

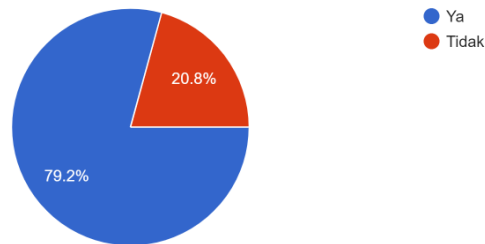
Apakah Anda memperhatikan kandungan makanan yang dibeli oleh anak?
106 responses



Gambar 3. 16 Kandungan Makanan Yang Dibeli oleh Anak

Berdasarkan data pada gambar 3.16, terdapat 17 responden menyatakan tidak pernah memperhatikan kandungan makanan yang dibeli oleh anaknya, 45 responden menyatakan jarang memperhatikan kandungan makanan yang dibeli oleh anaknya, 24 responden menyatakan kadang-kadang memperhatikan kandungan makanan yang dibeli oleh anaknya, dan 20 responden menyatakan sering memperhatikan kandungan makanan yang dibeli oleh anaknya

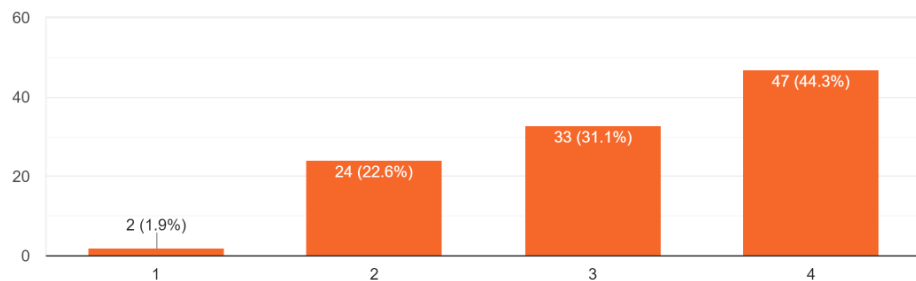
Apakah Anda sering membawakan anak bekal ketika sekolah?
106 responses



Gambar 3. 17 Membawakan Anak Bekal Sekolah

Berdasarkan data pada gambar 3.17, terdapat 84 responden menyatakan sering membawakan bekal ketika sekolah dan 22 responden menyatakan tidak sering membawakan bekal ketika sekolah.

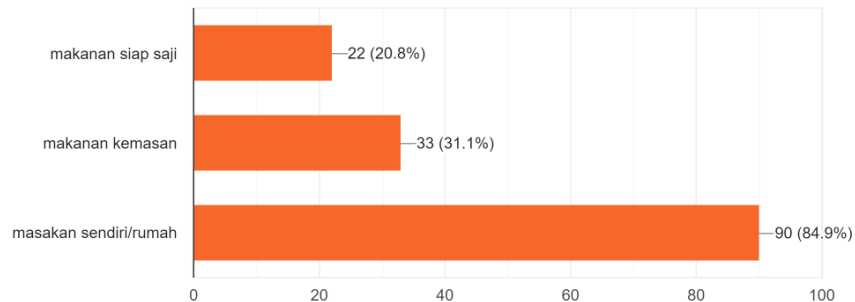
Seberapa sering Anda membawakan anak bekal ketika sekolah?
106 responses



Gambar 3. 18 Seberapa Sering Membawakan Bekal Anak Ketika Sekolah

Berdasarkan data pada gambar 3.18, terdapat 2 responden menyatakan tidak pernah membawakan bekal anak ketika sekolah, 24 responden menyatakan jarang membawakan bekal anak ketika sekolah, 33 responden menyatakan kadang-kadang membawakan bekal anak ketika sekolah, dan 47 responden menyatakan sering membawakan bekal anak ketika sekolah.

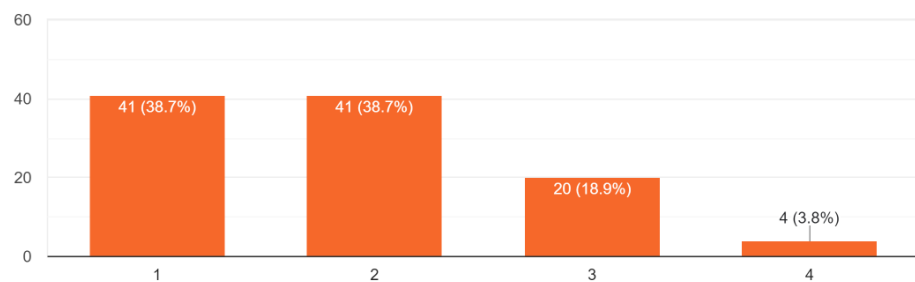
Jenis makanan apa yang biasanya Anda bawa untuk bekal anak?
106 responses



Gambar 3. 19 Jenis Makanan Untuk Bekal Anak

Berdasarkan data pada gambar 3.19, terdapat 22 responden menyatakan membawakan anaknya bekal sekolah makanan siap saji, 33 responden menyatakan membawakan anaknya bekal sekolah makanan kemasan, dan 90 responden menyatakan membawakan bekal sekolah anaknya makanan masakan rumah/ sendiri.

Seberapa sering Anda membawakan makanan siap saji untuk bekal anak?
106 responses

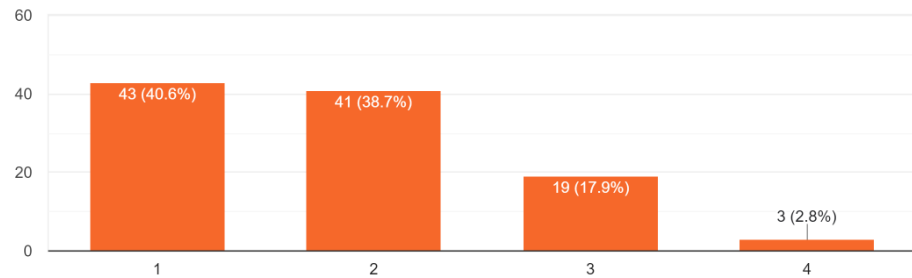


Gambar 3. 20 Membawakan Bekal Sekolah Makanan Siap Saji

Berdasarkan data pada gambar 3.20, terdapat 41 responden menyatakan tidak pernah membawakan makanan siap saji untuk bekal anak ke sekolah, 41 responden menyatakan jarang membawakan makanan siap saji untuk bekal anak ke sekolah, 20 responden menyatakan kadang-kadang membawakan makanan siap saji untuk bekal anak ke sekolah, dan 4

responden menyatakan sering membawakan makanan siap saji untuk bekal anak ke sekolah.

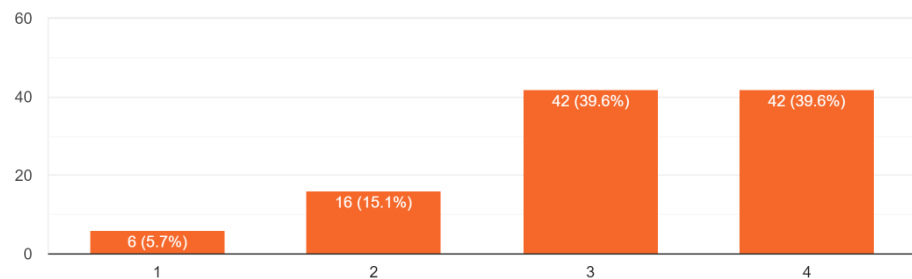
Seberapa sering Anda membawakan makanan kemasan untuk bekal anak?
106 responses



Gambar 3. 21 Membawakan Bekal Sekolah Makanan Kemasan

Berdasarkan data pada gambar 3.21, terdapat 43 responden menyatakan tidak pernah membawakan anak makanan kemasan untuk makanan bekal sekolah, 41 responden menyatakan tidak pernah membawakan anak makanan kemasan untuk makanan bekal sekolah, 19 responden menyatakan kadang-kadang membawakan anak makanan kemasan untuk makanan bekal sekolah, dan 3 responden menyatakan sering membawakan anak makanan kemasan untuk makanan bekal sekolah.

Seberapa sering Anda membawakan makanan masakan sendiri/rumah untuk bekal anak?
106 responses

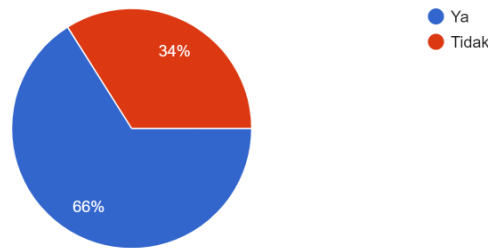


Gambar 3. 22 Membawakan Bekal Sekolah Masakan Sendiri

Berdasarkan data pada gambar 3.22, terdapat 6 responden menyatakan tidak pernah membawakan makanan masakan sendiri untuk bekal anak

sekolah, 16 responden menyatakan jarang membawakan makanan masakan sendiri untuk bekal anak sekolah, 42 responden menyatakan kadang-kadang membawakan makanan masakan sendiri untuk bekal anak sekolah, 42 responden menyatakan sering membawakan makanan masakan sendiri untuk bekal anak sekolah.

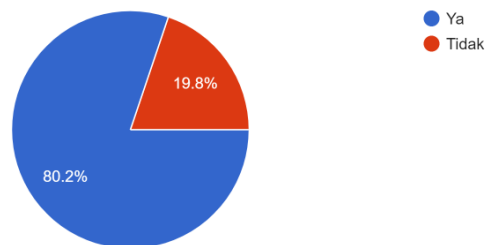
Apakah Anda memperbolehkan anak untuk jajan jika sudah dibawakan bekal?
106 responses



Gambar 3. 23 Memperbolehkan Anak Jajan Meskipun Bawa Bekal

Berdasarkan data pada gambar 3.23, terdapat 70 responden menyatakan memperbolehkan anak untuk jajan disekolah meskipun sudah dibawakan bekal dan 36 responden menyatakan memperbolehkan anak untuk jajan disekolah meskipun sudah dibawakan bekal.

Apakah anak Anda sering melakukan aktivitas fisik di dalam rumah?
106 responses



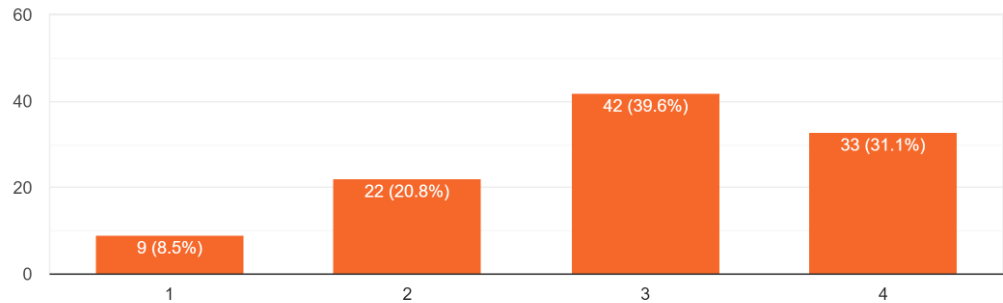
Gambar 3. 24 Melakukan Aktivitas Fisik di Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.24, terdapat 85 responden menyatakan bahwa anaknya melakukan aktivitas fisik di dalam rumah, dan

21 responden menyatakan bahwa anak tidak melakukan aktivitas di dalam rumah.

Seberapa sering anak Anda melakukan aktivitas tersebut?

106 responses

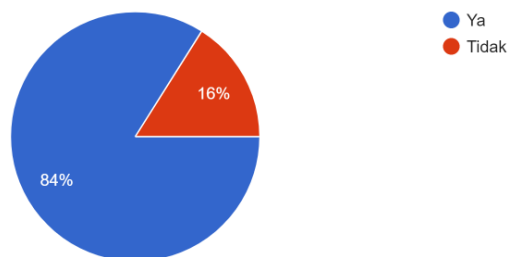


Gambar 3. 25 Frekuensi Anak Melakukan Aktivitas Fisik

Berdasarkan pada data gambar 3.25, terdapat 9 responden menyatakan anaknya tidak pernah melakukan aktivitas di dalam rumah, 22 responden menyatakan anaknya kadang-kadang melakukan aktivitas di dalam rumah, 33 responden menyatakan anaknya sering melakukan aktivitas di dalam rumah,

Apakah anak Anda sering melakukan aktivitas fisik di luar rumah?

106 responses

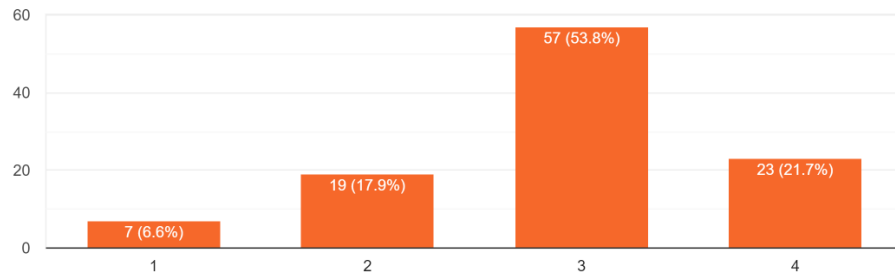


Gambar 3. 26 Melakukan Aktivitas di luar Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.26, terdapat 89 responden menyatakan bahwa anaknya melakukan aktivitas fisik di luar rumah, dan 17

responden menyatakan anaknya tidak pernah melakukan aktivitas di luar rumah.

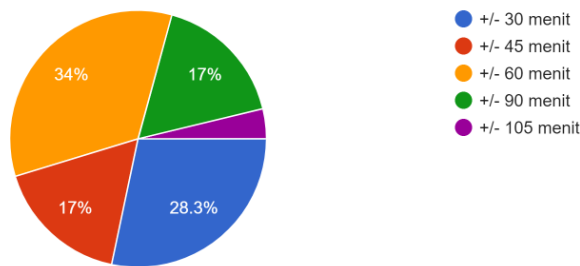
Seberapa sering anak Anda melakukan aktivitas tersebut?
106 responses



Gambar 3. 27 Melakukan Aktivitas di Luar Rumah

Berdasarkan data pada gambar 3.27, terdapat 7 responden menyatakan anaknya tidak pernah melakukan aktivitas di luar rumah, 19 responden menyatakan anaknya jarang melakukan aktivitas di luar rumah, 57 responden menyatakan anaknya kadang-kadang melakukan aktivitas di luar rumah, 23 responden menyatakan anaknya sering melakukan aktivitas di luar rumah.

Berapa lama biasanya anak Anda melakukan aktivitas fisik?
106 responses

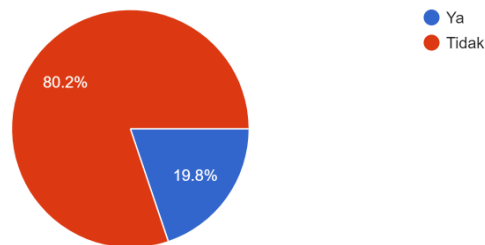


Gambar 3. 28 Durasi Melakukan Aktivitas Fisik Setiap Hari

Berdasarkan data pada gambar 3.28, terdapat 36 responden menyatakan anaknya melakukan aktivitas fisik selama 60 menit, 30 responden menyatakan anaknya melakukan aktivitas fisik selama 30 menit, 18 responden menyatakan anaknya melakukan aktivitas fisik selama 45 menit, 18 responden menyatakan anaknya melakukan aktivitas fisik selama

90 menit, dan 4 responden menyatakan anaknya melakukan aktivitas fisik selama 105 menit setiap hari.

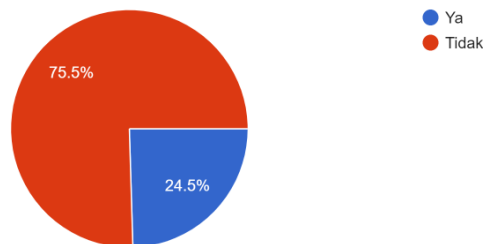
Menurut Anda, apakah anak Anda dapat terkena kolesterol tinggi?
106 responses



Gambar 3. 29 Anak Dapat Terkena Kolesterol Tinggi

Berdasarkan data pada gambar 3.29, terdapat 85 responden menyatakan anaknya tidak dapat terkena kolesterol tinggi, dan 21 responden menyatakan anaknya dapat terkena kolesterol tinggi.

Apakah Anda mengetahui apa saja gejala kolesterol tinggi pada anak?
106 responses



Gambar 3. 30 Gejala Kolesterol Tinggi

Berdasarkan data pada gambar 3.30, terdapat 80 responden menyatakan tidak mengetahui gejala terjadinya kolesterol tinggi pada anak, dan 26 responden menyatakan mengetahui gejala terjadinya kolesterol tinggi pada anak.

Hasil data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang telah disebarikan kepada responden, terdapat beberapa poin yang penting. Domisili responden rata-rata berada di sekitar Jakarta. Mayoritas responden adalah ibu rumah tangga dan pegawai swasta. Sebagian besar responden jarang membeli

makanan siap saji atau makanan kemasan untuk anak-anak mereka, namun ada juga yang sering melakukannya. Meskipun demikian, sebagian besar responden jarang memperhatikan kandungan makanan siap saji atau kemasan yang mereka beli. Mayoritas responden juga jarang membeli makanan dari luar untuk anak-anak mereka. Sebagian besar responden memperbolehkan anak-anak mereka jajan di luar rumah dan tidak membatasi mereka. Kebanyakan responden membawakan bekal makanan masakan rumah sendiri untuk anak-anak mereka. Banyak responden yang memperbolehkan anak-anak mereka jajan di sekolah meskipun sudah dibawakan bekal. Mayoritas anak-anak responden melakukan aktivitas fisik di dalam dan di luar rumah tetapi ada juga yang jarang melakukannya. Kebanyakan responden menyatakan bahwa anak-anak mereka melakukan aktivitas fisik selama 60 menit setiap hari. Sebagian besar responden tidak mengetahui gejala terjadinya kolesterol tinggi pada anak. Kesimpulannya adalah, ada kecenderungan responden untuk memperhatikan pola makan dan aktivitas fisik anak-anak mereka, namun perlu adanya peningkatan kesadaran tentang kandungan makanan yang dibeli dan pentingnya kolesterol tinggi pada anak.

3.2 Metodologi Perancangan

Metode perancangan yang digunakan oleh penulis yaitu metode yang dipaparkan oleh Robin Landa (2014). Berikut 5 tahap proses perancangan desain menurut Robin Landa:

1) Orientasi

Tahap pertama, yaitu orientasi. Penulis mengidentifikasi masalah, mengobservasi dan mengevaluasi solusi desain grafis yang terkait dengan topik, menentukan dan mengenal target audiens yang merupakan sasaran komunikasi visual dan melakukan penggabungan data berdasarkan inti yang dibahas.

2) Analisis

Setelah mendapatkan data, kemudian penulis melanjutkan ke tahap berikutnya, yaitu analisis. Tahap ini, penulis meneliti, menilai,

menemukan, dan merencanakan berdasarkan informasi yang diperoleh untuk mendapatkan pemahaman yang lebih serta menyusun strategi yang diwujudkan dalam *design brief* dan *creative brief*. Selanjutnya mengembangkan ke penyelesaian yang akan diambil.

3) **Konsepsi**

Tahap berikutnya, yaitu konsepsi. Penulis mengumpulkan dan menentukan konsep yang menjadi dasar suatu desain. Peneliti melakukan *brainstorming* dan menentukan kata kunci dan membuat *mindmapping*. Hasil dari *mindmapping* dan *brainstorming* ini akan memperoleh sebuah konsep yang akan menentukan struktur kerja untuk keputusan desain.

4) **Desain**

Tahap keempat, yaitu desain. Penulis melakukan visualisasi berdasarkan konsep yang telah diperoleh dengan membuat sketsa dan penggambaran visual yang detail mengenai konsep tersebut. Pada tahap ini, penulis menyusun komponen menjadi komposisi buku dan konten yang informatif dengan memasukkan ilustrasi yang menarik serta materi pendukung. Menurut Landa (2014), terdapat 3 tahap yang akan dilakukan dalam proses mendesain, yaitu:

a) *Thumbnail Sketches*

Sketsa awal adalah gambaran kasar, kecil, dan cepat yang menggambarkan ide dasar. Tahap ini digunakan untuk mengeksplorasi ide-ide visual yang dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan dalam desain.

b) *Roughs*

Roughs, atau sketsa kasar, adalah bentuk yang lebih detail atau diperinci dari sketsa awal sebelumnya. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memvisualisasikan ide-ide terbaik yang telah dipilih dari tahap sebelumnya, dengan melihat ekspresi ide yang dipilih dalam bentuk yang lebih komprehensif sebelum akhirnya dipilih untuk tahap akhir.

c) *Comprehensives*

Komprehensif adalah representasi detail dari sebuah konsep desain yang telah divisualisasikan dengan baik dan terkomposisi.

Tahap ini menunjukkan desain dari konsep yang akan difinalisasi.

5) Implementasi

Tahap terakhir, yaitu implementasi. Penulis mempraktikkan visualisasi dari hasil penyelesaian solusi desain ke dalam media yang telah ditentukan dan melakukan finalisasi.

