

**PERANCANGAN KAMPANYE MENGENAI POLA MAKAN
YANG SEHAT KETIKA PUASA RAMADHAN**



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

LAPORAN TUGAS AKHIR

Intan Jati Farika Ambami

00000047297

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

FAKULTAS SENI DAN DESAIN

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA

TANGERANG

2024

PERANCANGAN KAMPANYE MENGENAI POLA MAKAN

YANG SEHAT KETIKA PUASA RAMADHAN



LAPORAN TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Desain (S.Ds.)

Intan Jati Farika Ambami

00000047297

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL
FAKULTAS SENI DAN DESAIN
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG

2024

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Intan Jati Farika Ambami

Nomor Induk Mahasiswa : 00000047297

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Tugas Akhir dengan judul:

**Perancangan Kampanye Mengenai Pola Makan yang Sehat Ketika Puasa
Ramadhan**

merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari karya ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk, telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/penyimpangan, baik dalam pelaksanaan skripsi maupun dalam penulisan laporan skripsi, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk Tugas Akhir yang telah saya tempuh.

Tangerang, 22 Desember 2023



(Intan Jati Farika Ambami)

UMMA
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

PERANCANGAN KAMPANYE MENGENAI POLA MAKAN YANG SEHAT KETIKA PUASA RAMADHAN

Oleh

Nama : Intan Jati Farika Ambami
NIM : 00000047297
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni dan Desain

Telah diujikan pada hari Rabu, 3 Januari 2024

Pukul 13.00 s.d 13.45 dan dinyatakan

LULUS

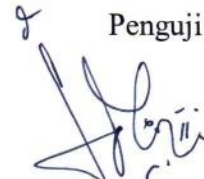
Dengan susunan penguji sebagai berikut.

Ketua Sidang



Clemens Felix Setiyawan, S.Sn., M.Hum.
0305117504/ E051860

Penguji



Frindhinia Medyasepti, S.Sn., M.Sc.
0319098202/ E068502

Pembimbing



Chara Susanti, M.Ds.
0313048703/ L00266

Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual



Fonita Theresia Yoliando, S.Ds., M.A.
0311099302/E043487

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas academica Universitas Multimedia Nusantara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Jati Farika Ambami
NIM : 00000047297
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni dan Desain
Jenis Karya : *Tesis/Skripsi/Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Multimedia Nusantara Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul.

PERANCANGAN KAMPANYE MENGENAI POLA MAKAN YANG SEHAT KETIKA PUASA RAMADHAN

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Multimedia Nusantara berhak menyimpan, mengalihmediakan/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tangerang, 9 Januari 2023

Yang menyatakan,



Intan Jati Farika Ambami

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan YME, yang telah memberikan berkat, rahmat, serta penyertaan-Nya sehingga penulis dapat melakukan perancangan “Media Persuasi Mengenai Pola Makan yang Sehat Ketika Puasa Ramadhan”.

Bagi umat muslim, puasa Ramadhan yang dijalani hanya pada bulan suci Ramadhan yaitu bulan ke-9 di kalender hijriah. Puasa Ramadhan merupakan salah satu dari lima rukun islam yang diperintahkan oleh Allah SWT. Pada ibadah puasa ini umat muslim diperintahkan untuk menahan diri dari makanan, minuman dan segala hal yang membatalkan puasa.

Penulis memilih untuk mengangkat topik ini dikarenakan puasa Ramadhan sendiri memiliki banyak manfaat baik untuk aspek agama dan juga aspek kesehatan. Namun sangat disayangkan apabila seseorang kehilangan manfaat dari aspek kesehatannya, apabila masih banyaknya seseorang yang mengabaikan pola makan yang sehat ketika berpuasa, sehingga beberapa diantaranya justru menjumpai beberapa gangguan kesehatan pada saat puasa Ramadhan.

Timbulnya gangguan kesehatan pada saat Puasa Ramadhan sendiri disebabkan oleh individu itu sendiri yang tidak menjaga pola makannya dengan baik. Selama melakukan peninjauan dan penelitian awal penulis semakin mengetahui tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat ketika puasa. Dari adanya perancangan ini penulis akan ikut membantu mengingatkan masyarakat umat muslim akan hal ini.


Perancangan Tugas Akhir ini tidak akan berjalan dengan baik dan lancar tanpa adanya bantuan dan dukungan serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih, khususnya kepada:

1. Dr. Ninok Leksono, M.A., selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara.
2. Muhammad Cahya Mulya Daulay, S.Sn., M.Ds., selaku Dekan Fakultas Seni dan Desain Universitas Multimedia Nusantara.
3. Fonita Theresia Yoliando, S.Ds., M.A., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Multimedia Nusantara.

4. Chara Susanti, S.Ds., M.Ds., sebagai Pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi atas terselesainya tugas akhir ini.
5. Nadia Mahatmi, M.Ds. sebagai Pembimbing spesialis yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi atas terselesainya tugas akhir ini.
6. Seluruh keluarga saya, mama, ayah, dan adik yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini
7. Shafira Noerul Apsyii, Nada Widya Permatasari, Prayogi Ramadhan yang telah membantu jalannya perancangan ini.
8. Muhammad Zaidan Hilmi yang telah menemani dan banyak membantu penulis selama melakukan perancangan ini.
9. Karina Prianka Tjaja dan Rahmadhani Syahputra yang telah memberikan kontribusi dalam membuat perancangan ini.
10. Agnes Elfrida Limbong, Sulipto Putra Bun, Arvin Adrian Hadipurnawan, Thirza Abigail, Jesslyn Anggreani, Juan Kevin Antonio sebagai teman bimbingan penulis, yang telah membantu, menemani dan mendukung penulis selama jalannya tugas akhir.

Semoga dari adanya perancangan karya ilmiah ini karya dapat bermanfaat bagi banyak masyarakat dunia dan menambah banyak pengetahuan

Tangerang, 22 Desember 2023


(Intan Jati Farika Ambami)

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

PERANCANGAN KAMPANYE MENGENAI POLA MAKAN

YANG SEHAT KETIKA PUASA RAMADHAN

(Intan Jati Farika Ambami)

ABSTRAK

Umat Muslim wajib menjalani ibadah puasa Ramadhan karena memiliki banyak keutamaan, dan manfaat baik dalam urusan akhirat dan dunia serta tidak terkecuali manfaatnya bagi kesehatan. Durasi dari puasa Ramadhan sendiri berbeda-beda khususnya di daerah Jakarta dan sekitarnya dilakukan selama sekitar 13 jam / hari yang dijalani selama 1 bulan. Sehingga bagi umat muslim sendiri menurut beberapa penelitian terjadi perubahan metabolisme yang signifikan pada bulan Ramadhan dan pada hari-hari biasanya. Sehingga perlu diterapkan pola makan yang sehat untuk menjaga metabolisme tubuh. Dan menurut data menggunakan metode pengumpulan data kualitatif dan kuantitatif, sebagian besar umat muslim masih menghiraukan pola makan yang sehat setika berpuasa. Maka dari itu, dibutuhkan solusi untuk mengubah pola pikir umat muslim dari usia remaja agar menerapkan pola makan yang sehat ketika berpuasa. Harapannya, melalui kampanye ini ibadah puasa dapat berjalan dengan baik dan lancar selama satu bulan penuh, dan setiap umat muslim dapat merasakan keutamaan dan manfaatnya dari berbagai aspek, baik itu untuk akhirat, dunia dan juga kesehatan.

Kata kunci: Puasa, Makanan, Sehat, Kampanye

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DESIGNING A CAMPAIGN REGARDING HEALTHY EATING

DURING THE RAMADHAN FASTING

(Intan Jati Farika Ambami)

ABSTRACT (English)

Muslims are obliged to fast during Ramadhan because it has many virtues and benefits both in matters of the afterlife and the world and the benefits for health are no exception. The duration of Ramadhan fasting itself varies, especially in the Jakarta area and its surroundings, it is carried out for around 13 hours/day which lasts for 1 month. So for Muslims themselves, according to several studies, significant metabolic changes occur during the month of Ramadhan and on normal days. So it is necessary to adopt a healthy diet to maintain the body's metabolism. And according to data using qualitative and quantitative data collection methods, the majority of Muslims still ignore healthy eating patterns when fasting. Therefore, a solution is needed to change the mindset of Muslims from their teenage years to adopt a healthy eating pattern when fasting. The hope is that through this campaign fasting can run well and smoothly for a whole month, and every Muslim can experience its virtues and benefits from various aspects, both for the afterlife, the world and also health.

Keywords: *Fast, Food, Health, Campaign*

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT (English)</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Tujuan Tugas Akhir.....	5
1.5 Manfaat Tugas Akhir.....	6
1.5.1 Manfaat Bagi Penulis	6
1.5.2 Manfaat Bagi Masyarakat	6
1.5.3 Manfaat Bagi Universitas	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Teori Desain Grafis	7
2.1.1 Prinsip Desain	7
2.1.2 Tipografi.....	11
2.1.3 Grid	14
2.2 Psikologi Warna.....	15
2.3 Fotografi.....	17
2.3.1 Jenis Fotografi.....	17
2.3.2 Konposisi Fotografi	22
2.4 Ilustrasi.....	23
2.4.1 Proses Ilustrasi.....	23
2.4.2 Jenis Ilustrasi	24

2.3.2.1	Metafora	25
2.3.2.2	<i>Pictorial Truths</i>	26
2.4.3	Fungsi Ilustrasi	27
2.5	Teori Komunikasi	28
2.5.1	<i>Communication Chain</i>	28
2.5.2	<i>Receivers Use Information</i>	30
2.5.3	<i>Setting Realistic Aims and Objectives</i>	30
2.6	Kampanye	31
2.6.1	Jenis Kampanye	31
2.6.2	Media Kampanye	32
2.6.3	Startegi dan Taktik Pesan	33
2.7	Perilaku Konsumen Menurut AISAS	35
2.8	Copywriting	37
2.8.1	<i>Affective Copywriting</i>	37
2.8.2	Prinsip Umum <i>Headline</i>	37
2.9	Pola Makan yang Sehat Ketika Berpuasa	38
2.9.1	Teori Puasa	38
2.9.2	Puasa Ramadhan	38
2.9.3	Keutamaan Puasa Ramadhan	40
2.9.4	Keutamaan Puasa Ramadhan bagi Aspek Kesehatan .	40
2.9.5	Metabolisme Makanan pada Individu Sehat Ketika Berpuasa Ramadhan	41
2.9.6	Solusi Pola Makan Sehat Ketika Puasa Ramadhan	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN DAN PERANCANGAN		46
3.1	Metodologi Penelitian	46
3.1.1	Metode Kualitatif	46
3.1.2	Metode Kuantitatif	56
3.2	Metodologi Perancangan	61
BAB IV STRATEGI DAN ANALISIS PERANCANGAN		63
4.1	Strategi Perancangan	63
4.1.1	<i>Overview</i>	63
4.1.2	<i>Strategy</i>	74
4.1.3	<i>Ideas</i>	85

4.1.4	<i>Design</i>	93
4.1.5	<i>Production</i>	99
4.1.6	<i>Implementation</i>	119
4.2	Analisis Perancangan	120
4.3	Budgeting	140
BAB V	PENUTUP	142
5.1	Simpulan	142
5.2	Saran	143
DAFTAR PUSTAKA		xiii
LAMPIRAN		xv



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Analisis SWOT Isi Piringku	53
Tabel 4. 1 Tabel Identifikasi Segmentasi Sasaran Kampanye	64
Tabel 4. 2 Tabel Riset Kompetitor	70
Tabel 4. 3 Tabel Analisis SWOT	72
Tabel 4. 4 Tabel <i>Brand and Audience Insight</i>	75
Tabel 4. 5 Tabel <i>Creative Brief</i>	76
Tabel 4. 6 Tabel Strategi dan Taktik Pesan.....	80
Tabel 4. 7 Tabel AISAS	83
Tabel 4. 8 <i>Media Timeline</i>	84
Tabel 4. 9 Tabel <i>Budgeting</i>	140



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Susunan Simetris Pada Kampanye.....	8
Gambar 2. 2 Contoh Desain Asimetris	9
Gambar 2. 3 Hirarki Visual Pada Kampanye.....	9
Gambar 2. 4 <i>Unity</i> Pada Kampanye.....	10
Gambar 2. 5 Karakter Anatomi.....	11
Gambar 2. 6 <i>Type Classification</i>	13
Gambar 2. 7 <i>Single Column Grid</i>	14
Gambar 2. 8 <i>Multi Column Grid</i>	15
Gambar 2. 9 <i>Modular Grid</i>	15
Gambar 2. 10 Fotografi Manusia	18
Gambar 2. 11 <i>Nature Photography</i>	18
Gambar 2. 12 Fotografi Arsitektur.....	19
Gambar 2. 13 Fotografi <i>Still Life</i>	19
Gambar 2. 14 Fotografi Jurnalistik	20
Gambar 2. 15 Fotografi <i>Aerial</i>	20
Gambar 2. 16 Fotografi Bawah Air.....	21
Gambar 2. 17 Contoh Ilustrasi Metafora	25
Gambar 2. 18 Model Perilaku Konsumen AISAS	36
Gambar 3. 1 Wawancara dr. Dian Permatasari, M.Gizi, Sp.GK.....	47
Gambar 3. 2 FGD dengan Target Audience Kampanye	49
Gambar 3. 3 Kampanye Isi Piringku.....	53
Gambar 3. 4 Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.....	54
Gambar 3. 5 Kampanye <i>So Good</i>	56
Gambar 3. 6 Diagram Gejala Penyakit yang Dialami Selama Puasa.....	57
Gambar 3. 7 Diagram Menu Sahur yang Biasa Dikonsumsi	58
Gambar 3. 8 Diagram Menu Berbuka yang Biasa Dikonsumsi	58
Gambar 3. 9 Pengetahuan Responden Akan Asupan Makanan yang Baik Ketika Puasa.....	59
Gambar 3. 10 Pengetahuan Responden Akan Pantangan Makanan Ketika Puasa	59
Gambar 3. 11 Diagram Mengenai Media Informasi Seputar Pola Makan Sehat..	60
Gambar 4. 1 Profil Target Audiens	68
Gambar 4. 2 <i>User Persona</i>	68
Gambar 4. 3 <i>Mindmap</i>	85
Gambar 4. 4 <i>Moodboard Visual</i>	88
Gambar 4. 5 <i>Moodboard Typografi</i>	88
Gambar 4. 6 <i>Moodboard Warna</i>	89
Gambar 4. 7 <i>Font Chocolate Donuts</i>	90
Gambar 4. 8 <i>Color Palatte</i> Ramadhan Bernutrisi.....	91
Gambar 4. 9 <i>Caption</i> Instagram Ramadhan Bernutrisi.....	93
Gambar 4. 10 Sketsa Logo Ramadhan Bernutrisi	94
Gambar 4. 11 Format Logo Ramadhan Bernutrisi.....	95

Gambar 4. 12 Pengaplikasian Logo	95
Gambar 4. 13 Sketsa <i>Key Visual</i>	96
Gambar 4. 14 <i>Key Visual Design</i>	97
Gambar 4. 15 Aset Fotografi.....	98
Gambar 4. 16 Aset Karakter.....	99
Gambar 4. 17 <i>Content Planner Attention & Interest</i>	100
Gambar 4. 18 <i>Content Planner Action Step</i>	101
Gambar 4. 19 <i>Content Planner Search Step</i>	101
Gambar 4. 20 <i>Content Planner Share Step</i>	102
Gambar 4. 21 Sketsa Feeds	103
Gambar 4. 22 <i>Grid Instagram Feeds</i>	103
Gambar 4. 23 <i>Feeds First Row</i>	104
Gambar 4. 24 <i>Feeds Second Row</i>	104
Gambar 4. 25 <i>Feeds Third Row</i>	105
Gambar 4. 26 <i>Feeds Action</i>	105
Gambar 4. 27 <i>Feeds Closing</i>	106
Gambar 4. 28 <i>Grid Instagram Story</i>	106
Gambar 4. 29 <i>Instagram Story Design</i>	107
Gambar 4. 30 <i>Story Countdown</i>	107
Gambar 4. 31 <i>Highlight Instagram</i>	108
Gambar 4. 32 Konten <i>Current Meal</i>	109
Gambar 4. 33 Twibbon	110
Gambar 4. 34 <i>Grid Billboard</i>	111
Gambar 4. 35 Desain <i>Halte Ads</i>	112
Gambar 4. 36 Desain <i>Website Ads</i>	112
Gambar 4. 37 <i>Grid LED Billboard</i>	113
Gambar 4. 38 <i>Grid Interface Website</i>	114
Gambar 4. 39 Desain <i>Virtual Background</i>	115
Gambar 4. 40 Tenda.....	115
Gambar 4. 41 <i>Katern Meal Planner</i>	116
Gambar 4. 42 Desain Twibbon	116
Gambar 4. 43 Desain <i>Cover Notebook</i>	117
Gambar 4. 44 Desain Baju	117
Gambar 4. 45 Desain Stiker	118
Gambar 4. 46 Desain Botol <i>Tumbler</i>	118
Gambar 4. 47 Desain Filter.....	119
Gambar 4. 48 Beta Test 1.....	120
Gambar 4. 49 Beta Test 2.....	121
Gambar 4. 50 Beta test 3	121
Gambar 4. 51 Beta Test 4.....	122
Gambar 4. 52 <i>Billboard</i>	123
Gambar 4. 53 <i>Halte Ads</i>	124
Gambar 4. 54 <i>LED Billboard</i>	125

Gambar 4. 55 <i>Instagram Feeds Attention & Interest</i>	126
Gambar 4. 56 <i>Instagram Story Attention & Interest</i>	126
Gambar 4. 57 <i>Website Ads</i>	127
Gambar 4. 58 <i>Website Interface</i>	128
Gambar 4. 59 <i>Instagram Feeds Search</i>	129
Gambar 4. 60 <i>Instagram Story Search</i>	130
Gambar 4. 61 <i>Virtual Background</i>	131
Gambar 4. 62 <i>Twibbon</i>	132
Gambar 4. 63 <i>Ramadhan Book Planner</i>	134
Gambar 4. 64 <i>Tenda</i>	134
Gambar 4. 65 <i>Notebook</i>	135
Gambar 4. 66 <i>Pulpen</i>	136
Gambar 4. 67 <i>Baju</i>	136
Gambar 4. 68 <i>Sticker</i>	137
Gambar 4. 69 <i>Botol Tumbler</i>	138
Gambar 4. 70 <i>Instagram Filter</i>	139

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Form Bimbingan.....	xv
Lampiran B Foto Bimbingan Wajib.....	xvii
Lampiran C Foto Bimbingan Spesialis.....	xviii
Lampiran D Transkrip Wawancara.....	xix
Lampiran E Transkrip FGD.....	xxvii
Lampiran F Hasil Turnitin.....	xxix



UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA