

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Setiap orang pada dasarnya menyadari bahwa olahraga memiliki peranan penting didalam kehidupan sehari-hari. Namun, meskipun begitu masih banyak diantara anak muda yang mengabaikan pentingnya melakukan aktivitas olahraga didalam kehidupan sehari-hari. Kurang olahraga dapat menimbulkan berbagai penyakit kronis, diantaranya penyakit jantung, diabetes, hipertensi, *stress*, depresi bahkan mengganggu perkembangan kognitif. Pada era perkembangan teknologi saat ini anak muda cenderung disibukkan oleh berbagai kegiatan dan aktivitas secara *online* sehingga timbul rasa malas dalam melakukan aktivitas olahraga.

Dalam menemukan solusi atas permasalahan tersebut, penulis melakukan perancangan kampanye mengenai pentingnya melakukan olahraga selama lima menit sebagai langkah awal dalam meningkatkan minat anak muda untuk melakukan olahraga. Kegiatan olahraga dibatasi dalam waktu lima menit, tujuannya adalah untuk mempersuasi anak muda agar mulai berolahraga yang harapannya lama kelamaan durasinya dapat bertambah seiring berjalannya waktu.

Dalam perancangan kampanye, penulis mendasari perancangan melalui data-data yang telah dikumpulkan dari hasil observasi. Dari hasil *brainstorming* yang telah dilakukan, penulis menentukan kampanye 5 gerakan 5 menit dengan hastag Gerakan Lima Menit Hari Ini. Perancangan kampanye ini akan ditujukan pada target sasaran kalangan mahasiswa di wilayah Banten. Kegiatan kampanye nantinya akan bekerja sama dengan Dinas Pemuda Olahraga Kota Tangerang dengan mengusung konsep kegiatan olahraga yang ringan, semangat, dan memotivasi. Penulis menggunakan strategi AISAS dalam perancangan kampanye, yaitu menggabungkan antara media digital dan media cetak dalam mendukung pelaksanaan kegiatan kampanye.

Pada tahapan *attention*, penulis menggunakan media poster dan spanduk dalam menarik perhatian target sasaran. Pada tahapan *attention*, penulis mengait

target sasaran dengan mempresentasikan pesan mengenai penyebab dan akibat dari kurang olahraga. Kemudian diarahkan menuju media *interest*, yang terdiri dari Instagram *story*, Instagram *ads*, Instagram *reels*, dan *display ads*. Pada tahapan *interest*, penulis menyajikan pesan dengan lebih ringkas melalui *games* dan interaktivitas yang tujuannya mengarahkan kepada aktivitas olahraga secara langsung. Pada tahap *search*, penulis menyajikan pesan berupa informasi mengenai manfaat berolahraga dan cara memulai olahraga dalam bentuk Instagram *feeds*. Kemudian pada tahapan *action*, penulis mulai menjabarkan jenis kegiatan olahraga yang dapat dilakukan dan mendorong target sasaran untuk melakukan kegiatan *challenge* 5 gerakan 5 menit yang dirangkum dalam bentuk Instagram *feeds*, Instagram *carousel*, *video motion graphics*, dan *twibbon*. Pada tahapan terakhir, yaitu *share*, penulis membuat *booth* dan menawarkan *merchandise*. Tujuannya sebagai media promosi kampanye dan mengundang lebih banyak partisipan yang tertarik mengikuti kegiatan kampanye.

5.2 Saran

Pada tahapan terakhir ini, penulis ingin menyampaikan saran dan masukan kepada para pembaca, khususnya pembaca yang ingin melakukan perancangan dengan topik yang serupa mengenai pentingnya melakukan olahraga ringan, diantaranya.

- 1) Untuk para pembaca, penulis berharap perancangan kampanye yang telah penulis lakukan dapat memberikan manfaat, pengetahuan, wawasan, serta informasi yang berguna bagi para pembaca sekarang maupun nanti. Penulis menyarankan agar para pembaca dapat menyempatkan diri melakukan aktivitas olahraga dengan bentuk sekecil dan seringan apapun meskipun berada dalam keadaan yang sibuk atau perasaan malas. Banyak sekali manfaat yang bisa didapatkan dari menjalankan olahraga. Manfaat olahraga akan terasa apabila kita rutin melakukannya sedikit demi sedikit secara terus menerus. Seperti kata pepatah, dikit-dikit menjadi bukit, perlu adanya proses dan usaha dalam mendapatkan hasil yang diinginkan.

- 2) Untuk para peneliti lainnya, apabila berminat melakukan perancangan kampanye dengan topik yang serupa, peneliti dapat melakukan analisa dan observasi secara mendalam mengenai topik tersebut. Saran penulis, peneliti dapat melakukan perancangan kampanye serupa dengan menambahkan durasi yang lebih lama, menambahkan kegiatan yang lebih bervariasi, dan peneliti juga dapat menargetkan sasaran kalangan yang lebih dewasa atau lebih tua nantinya.
- 3) Untuk mahasiswa yang ingin melakukan perancangan Tugas Akhir, penulis ingin memberikan saran agar benar-benar mencari topik perancangan yang diminati dan memahami topik tersebut sehingga pesan dan informasi yang dirancang dapat tersampaikan secara mendalam, didapatkan juga solusi yang tepat, relevan, dan berguna di kehidupan masyarakat.

