

BAB III

METODOLOGI PERANCANGAN

3.1 Subjek Perancangan

Subjek perancangan pembuatan *mobile website* mengenai manfaat pangan prebiotik dan probiotik sebagai pendukung kesuksesan diet sehat adalah sebagai berikut:

1. Demografis

- a. Jenis kelamin: Perempuan dan laki-laki.

Kesehatan usus dan diet sehat merupakan kebutuhan yang penting dilakukan baik perempuan maupun laki-laki.

- b. Usia: 18-22 tahun (Remaja akhir).

Perancangan ini ditujukan kepada kelompok remaja akhir, mengacu pada pemahaman Conger dan Peterson (Sarafino, 1998), yang menyatakan bahwa kelompok remaja akhir sudah menyibukkan diri mereka terhadap penampilan yang ideal dan mulai melakukan diet (Safitri, A. O, et al., 2019). Serta berdasarkan pemahaman Al Almin (2017) mengklasifikasikan usia menurut Kementerian Kesehatan berdasarkan kondisi fisik, menyatakan bahwa masa remaja akhir berumur 18-22 tahun (Hakim, L. K., 2020).

- c. SES: A-B

Berdasarkan Kalderanews.com yang memperhitungkan biaya konsumsi mahasiswa di kota Serang sebagai salah satu Kawasan Lokasi Jabodetabek. Kira-kira biaya per bulan diperkirakan sekitar Rp 700.000 – Rp 1.000.000. Berdasarkan biaya hidup remaja akhir mahasiswa di kota Depok memakan biaya pengeluaran makanan sebesar Rp 200.000 – Rp 300.000 per minggu sehingga memakan Rp 800.000 – Rp 1.200.000 per bulan.

2. Geografis

Daerah Jabodetabek

Batas domisili pada target perancangan ini ditetapkan di wilayah Jabodetabek, Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), Jabodetabek merupakan Kawasan metropolitan terbesar di Indonesia. Menurut Indeks Pembangunan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021. DKI Jakarta menempati posisi tertinggi Tingkat pengguna internet dengan capaian sebesar 85,55 persen (Kompas.com, 2022). Didukung menurut *survey* profil internet Indonesia 2025 yang diluncurkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), menyatakan bahwa pulau Jawa merupakan wilayah dengan tingkat penetrasi internet terbesar dengan capaian sebesar 84,69 persen dibandingkan wilayah lainnya di Indonesia.

3. Psikografis

Perancangan ini ditujukan kepada kelompok remaja akhir yang tidak mengenal dan keliru dalam memahami kegunaan manfaat prebiotik dan probiotik, serta ingin melakukan diet sehat yang juga menjaga kesehatan pencernaan atau usus.

Subjek pada perancangan *mobile website* ditargetkan terhadap remaja akhir baik perempuan dan laki-laki berumur 18 sampai dengan 22 tahun berdomisili Jabodetabek dengan tingkat SES B sampai SES A. Perancangan *mobile website* ini berperan sebagai media edukasi informasi terhadap para remaja akhir yang tidak tau dan keliru memahami prebiotik dan probiotik yang dapat bermanfaat menjaga kesehatan pencernaan atau usus, dan sebagai pendukung diet sehat.

3.2 Metode dan Prosedur Perancangan

Metode yang digunakan penulis dalam perancangan *mobile website* adalah metode *design thinking* dari Stanford d.school versi Hasso Platner Institute (HPI). Dalam metode *design thinking* Hasso Platner Institute (HPI) (2011), menerapkan pendekatan *human centric* dimana menempatkan pengguna sebagai

pusat dari hasil solusi. Metode ini juga dilakukan secara iteratif atau prosesnya yang dapat diulang sehingga dapat mendukung kreativitas dan inovasi penulis dalam menghasilkan solusi. Metode ini juga melibatkan berbagai disiplin ilmu (multidisiplin), seperti dalam perancangan ini digunakan multidisiplin pada teknologi dalam smartphone dan desain *UI/UX* yang dapat menghasilkan suatu *mobile website* (Svalina et al., 2022., h. 445, 447). Dalam buku “*An Introduction to Design thinking Process Guide*” dari Hasso platner Institute of Design at Stanford, menjelaskan bahwa proses cara berpikir *design thinking* terdapat lima tahap, yakni *empathize, define, ideate, prototype, dan test*.

Metode perancangan dilakukan dengan pendekatan kualitatif dengan melakukan wawancara dengan para ahli, serta *Focus Group Discussion (FGD)*, dan dilakukan kuesioner terhadap target audiens.

3.2.1 *Define*

Dalam tahap ini dilakukan riset untuk membangun empati dalam memahami kebutuhan target audiens serta memperoleh wawasan dalam merancang solusi terhadap permasalahan, pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, *Focus Group Discussion (FGD)*, dan kuesioner. Penulis membangun empati melalui teknik wawancara dengan para ahli dan pembagian kuesioner kepada target audiens. Interaksi ini dilakukan kepada dua jenis narasumber yang berbeda untuk memperoleh *insight* mengenai pandangan mereka atas penerapan *gut health* dalam suatu diet sehat serta peran prebiotik dan probiotik.

3.2.2 *Define*

Dalam tahap ini penulis melakukan analisa terhadap hasil *insight* yang didapatkan dan dikembangkan dengan pemahaman penulis dalam proses merumuskan masalah. Penulis akan melakukan proses identifikasi dan analisa atas masalah yang ditemukan dan kemudian menyusun pernyataan masalah yang ditindaklanjuti pada proses solusi perancangan atas suatu penyelesaian masalah tersebut.

3.2.3 Ideation

Setelah melewati kedua tahap awal, tahap *ideation* berfokus pada pembuatan solusi penyelesaian masalah. Pada tahap ini penulis menyusun ide yang datang dari *insight* dan rumusan masalah yang telah terartikulasi dengan baik oleh penulis. Penulis beralih ke dalam proses menciptakan solusi dengan mengeksplorasi ide, konsep untuk mendorong kreativitas dan inovasi. Pada tahap ini penulis melakukan proses desain *brainstorming*, *mind mapping*, *big idea*, sketsa, warna, tipografi, ilustrasi, *layout*, hingga *style* visual dan konten pada suatu perancangan.

3.2.4 Prototype

Setelah menemukan dasar ide solusi perancangan, pada tahap ini penulis membuat prototipe dengan mulai merealisasikan konsep rancangan *mobile website*. Penulis mulai merancang *mobile website* dengan mengisi konten informasi, menyusun *UI* dan *UX*.

3.2.5 Test

Tahap ini merupakan tahap terakhir dalam metode *design thinking*, dimana dilakukan pengujian kepada masyarakat umum dengan *alpha testing*. Pengujian ini dilakukan penulis untuk menganalisis lebih dalam efektivitas hasil perancangan. Melalui pengalaman pengguna, *feedback* yang diterima dapat digunakan untuk mengidentifikasi kesalahan, mengatasi permasalahan, dan menginovasikan perancangan.

3.2.6 Beta Test

Tahap ini dilakukan pengujian kepada target audiens pada perancangan *mobile website*. Setelah dilakukan pengujian terhadap masyarakat umum dilakukan juga pengujian terhadap target audiens untuk mendapatkan hasil *feedback* atas pengalaman pengguna yang lengkap dan variatif untuk membantu penulis mengidentifikasi kesalahan dan membantu menginovasikan perancangan.

Metode yang digunakan penulis dalam perancangan *mobile website* adalah metode *design thinking* dari *Stanford d.school* versi *Hasso Platner Institute*

(HPI) dengan lima tahap proses yang dilakukan yaitu *emphasize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *testing*. Proses tahap pertama adalah *emphasize* dimana dilakukan riset pengumpulan data dengan teknik wawancara terhadap para ahli, *Focus Group Discussion (FGD)*, dan kuesioner terhadap target audiens. Pada tahap kedua yakni *define* dilakukan analisa atas hasil *insight* yang telah dikumpulkan dengan membuat *user persona* dan *user journey*. Pada tahap ketiga dilakukan proses *ideate* mengeksplorasi ide dan melakukan proses desain. Pada tahap keempat dilakukan proses *prototype* yaitu penyusunan *UI* dan *UX*. Pada tahap terakhir dilakukan proses *testing* secara *alpha testing* dan *beta testing*.

3.3 Teknik dan Prosedur Perancangan

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode kualitatif, didukung dengan melakukan studi eksisting dan studi referensi. Menurut Sugiyono (2016, h. 8), dalam bukunya berjudul “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*” menyatakan bahwa metode kualitatif memberikan data hasil penelitian didasarkan pada penafsiran dan pemahaman yang ditemukan di lapangan. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam atas topik kajian melalui wawancara ahli, *Focus Group Discussion (FGD)* dan kuesioner. Dokumentasi wawancara akan dilakukan dengan *voice record* serta foto saat dilakukan baik proses wawancara dan *Focus Group Discussion (FGD)*. Penulis juga menerapkan teknik pengumpulan data secara kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan kelompok sasaran terhadap topik kajian melalui penyebaran kuesioner dengan *google form*.

3.3.1 Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam metode kualitatif. Berdasarkan Sugiyono (2016) wawancara merupakan teknik pengumpulan data untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam berdasarkan pengetahuan dan keyakinan pribadi responden. Wawancara hanya dilakukan kepada Dr. Marudut selaku Ahli Gizi untuk mendapatkan pemahaman mendalam dari berbagai pengalaman mengenai kesehatan pencernaan atau usus, prebiotik dan probiotik, dan diet sehat.

A. Wawancara Ahli Gizi

Penulis melakukan wawancara *expert* kepada Dr. Marudut Sitompul, B.Sc., MPS., selaku Ahli Gizi, Ketua Dewan Pimpinan Pusat Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI), anggota Pokja perbaikan gizi masyarakat di Kemenkes, serta dosen Ilmu Gizi di Poltekkes Kemenkes Jakarta 2. Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi yang lebih spesifik oleh narasumber asli dengan data-data yang relevan untuk mendukung isi konten perancangan *mobile website* dalam pembahasan diet sehat, *gut health*, probiotik dan prebiotik. Penulis membutuhkan *insight* Ahli Gizi untuk mengetahui mengenai informasi manfaat, fungsi, sumber pangan, bagaimana konsumsi prebiotik dan probiotik, serta mendalami bagaimana mikrobiota bekerja dalam usus dan mempengaruhi kesehatan. Wawancara akan dilakukan secara *online*. Dalam merekap informasi narasumber, penulis menggunakan *voice record* sebagai alat bantu dalam proses wawancara. Berikut merupakan *sample* wawancara :

1. Mengapa kesehatan usus (*gut health*) perlu diperhatikan dan menjadi faktor kesuksesan dalam diet sehat?
2. Bagaimana pangan prebiotik dan probiotik berperan penting sebagai pendukung dalam keberhasilan diet sehat, apa manfaat dan fungsi yang diberikan?
3. Bagaimana pangan prebiotik dan probiotik berproses terhadap mikrobiota dalam usus? Serta apakah bapak punya rekomendasi buku, jurnal, mengenai proses pangan prebiotik dan probiotik ini?
4. Kapan waktu yang tepat untuk mengkonsumsi pangan probiotik dan prebiotik?
5. Berapa dosis yang tepat dalam mengkonsumsi makanan, minuman, atau suplemen probiotik dan prebiotik untuk mendukung kesuksesan diet sehat?
6. Apa saja *list* makanan, minuman, hingga suplemen probiotik dan prebiotik yang dapat mudah dijangkau di Indonesia, beserta masing-

masing fungsi dan manfaat di masing-masing pangannya? Atau adakah referensi buku, jurnal atau artikel yang memaparkan list pangan prebiotik dan probiotik?

7. Apa saja kombinasi makanan probiotik dan prebiotik terbaik untuk dikonsumsi di keseharian?
8. Apakah ada kelompok beberapa orang yang tidak bisa mengkonsumsi pangan probiotik dan prebiotik ini?
9. Apa saja rekomendasi makanan, minuman, hingga suplemen probiotik dan prebiotik yang sesuai untuk dikonsumsi para remaja akhir yang beraktivitas bersekolah atau berkuliahan hingga bekerja?

Pengumpulan data dengan teknik wawancara terhadap Ahli Gizi untuk mendapatkan pemahaman mendalam melalui informasi yang lebih spesifik dan data-data yang relevan untuk mendukung isi konten perancangan *mobile website*.

3.3.2 Focus Group Discussion

Focus Group Discussion (FGD) dilakukan terhadap kelompok sasaran remaja akhir dengan usia 18-22 tahun, yang berdasarkan buku menurut Wahyuni (2023) mengutip teori Brown (1999), memilih kelompok peserta homogen berisi enam orang berdasarkan usia. *Focus Group Discussion (FGD)* dilakukan kepada Ammara, Claudia, Qoudry, Joanna, Vinca, dan Aika untuk mendapatkan data mengenai persepsi tentang diet sehat, kesehatan usus, hingga pengetahuan akan pangan prebiotik dan probiotik. *Focus Group Discussion (FGD)* dilaksanakan secara *online* melalui aplikasi *google meet*. Berikut merupakan *sample Focus Group Discussion*:

1. Pertama-tama mohon perkenalkan diri kalian, dengan menyebutkan nama, pernahkah kalian melakukan diet?
2. Ketika mendengar kata diet, menurut kalian biasanya apa tujuan yang mau dicapai orang-orang?
 - a. Untuk yang pernah melakukan diet, atas pengalaman kalian, apa tujuan diet kalian? Adakah yang sama atau berbeda?

3. Untuk yang sudah menjalani diet, saya ingin tau bagaimana pola makan kalian saat diet, apa saja yang kalian makan dan batasi?
 - a. Menurut kalian apakah yang kalian lakukan itu termasuk diet yang sehat, dan kenapa?
 - b. Yang belum menjalani diet, bagaimana pandangan kalian, setujukah atas pendapat mereka?
4. Sekarang saya ingin tau bagaimana pandangan kalian terhadap diet yang sehat itu bagaimana? Coba sebutkan makanan apa saja yang dimakan dan dibatasi?
5. Ketika mendengar pangan prebiotik dan probiotik apa pandangan kalian tentang pangan ini?
 - a. Menurut kalian pangan ini berperan penting untuk Kesehatan usus tidak? Apa tidak hanya untuk kesehatan usus, jika tidak setuju kenapa?
6. Ketika mendengar pangan prebiotik dan probiotik, menurut kalian sama atau berbeda, kenapa?
 - a. Diantara 7 pangan ini menurut kalian mana yang termasuk pangan prebiotik dan probiotik?
“Pisang, Yoghurt, Kacang-kacangan, tape, Yakult”.
7. Media perangkat apa yang sering kalian gunakan, dan paling sering dipakai kalau mencari informasi?
8. Ketika mencari informasi tentang kesehatan mana yang lebih membantu kalian untuk tertarik, dan memahami informasi.
 - a. Kalian lebih suka yang ramai atau *simple*?
 - b. Kalian lebih suka terdapat ilustrasi karakter *simple*, ekspresif atau ilustrasi semi-realistic?
 - c. Lebih suka informasi digital yang sifatnya *scroll* atau per halaman dengan *button*?
 - d. Kalian lebih suka informasi yang ada game, *quiz*, *storytelling*, atau sekedar ditampilkan informasi?

Pengumpulan data dengan teknik *Focus Group Discussion (FGD)* dilakukan untuk mendapatkan data mengenai persepsi target audiens dengan diskusi terkait kesehatan usus, prebiotik dan probiotik, serta diet sehat.

3.3.3 Kuesioner

Menurut Sugiyono (2016), kuesioner dapat efisien digunakan dalam mengukur variabel terhadap sekelompok target audiens dalam jumlah besar untuk menghasilkan data obyektif dan cepat. Pertanyaan-pertanyaan kuesioner dapat berupa pertanyaan tertutup hingga terbuka yang disebarluaskan. Berikut merupakan sampel pertanyaan kuesioner yang akan dibagikan:

- A. Seputar fenomena diet.
 - 1. Apakah Anda pernah melakukan kegiatan diet? (Ya/ Tidak).
 - 2. Apakah Anda tau bahwa dalam mencapai diet sehat yang sukses memerlukan usus yang sehat? (Likert 1-4).
 - 3. Seberapa sering Anda memperhatikan kesehatan pencernaan, baik saat diet maupun tidak? (Likert 1-4).
 - 4. Seberapa tahukah Anda bahwa dalam sistem pencernaan kita memiliki mikrobiota bakteri baik dan buruk yang harus seimbang? (Likert 1-4).
 - 5. Seberapa tahukah Anda bahwa keseimbangan mikrobiota usus kita dapat berubah-ubah komposisinya? (Likert 1-4).
 - 6. Seberapa tahukah Anda jenis makanan dan pola makan mempengaruhi mikrobiota dan bakteri dalam sistem pencernaan? (Likert 1-4).

- B. Seputar pengetahuan mengenai pangan prebiotik dan probiotik.
 - 1. Apakah Anda tau mengenai perbedaan pangan prebiotik dan probiotik? (Ya/ Tidak).
 - 2. Manakah menurut Anda pernyataan yang tepat mengenai pangan prebiotik dan probiotik, sesuai pengetahuanmu sendiri?
(Pilihan) (A. Prebiotik dan probiotik memiliki cara kerja yang kurang lebih sama untuk kesehatan usus, B. Prebiotik merupakan bakteri baik yang hidup dalam usus, C. Probiotik dapat ditemukan pada makanan

hasil fermentasi, D. Probiotik merupakan makanan untuk bakteri baik dalam usus).

3. Darimana Anda mendengar mengenai pangan prebiotik dan probiotik (Pilihan) (A. Artikel kesehatan, B. *Website* kesehatan, C. Media Sosial, D. Lainnya).
4. Seberapa familiar Anda dengan pangan prebiotik dan probiotik? (Likert 1-4).
5. Seberapa tahukah Anda bahwa dengan mengkonsumsi pangan prebiotik dan probiotik dapat memberikan manfaat yang mendukung kesuksesan diet sehat? (Likert 1-4).
6. Seberapa tahukah Anda untuk cukup membedakan fungsi dan manfaat masing-masing pangan prebiotik dan probiotik? (Likert 1-4).
7. Seberapa sering kalian menemukan informasi manfaat pangan prebiotik dan probiotik? (likert).
8. Sebutkan apa saja pangan prebiotik dan probiotik yang anda ketahui?(Jawaban terbuka).

C. Ketersediaan responden mengikuti *FGD*.

1. Ketika mencari informasi terkait kesehatan terutama diet sehat, Anda lebih nyaman dengan gaya informasi apa? (pilihan) (A. Dominan Tertulis, B. Dominan Visual, C. Interaktif)
2. Jika Anda tertarik dengan topik diet sehat melalui pangan prebiotik dan probiotik, apakah Anda mau untuk dikontak melakukan *FGD*? (Ya/ Tidak).

Dilakukan juga pengumpulan data dengan teknik kuesioner dilakukan terhadap target audiens untuk mendapatkan data mengenai persepsi terkait diet sehat, kesehatan usus, prebiotik dan probiotik.