

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Entrepreneurship and Innovation Program

Gaya hidup sehat merujuk kepada sebuah pola hidup yang dicapai melalui olahraga rutin, manajemen stres yang baik, dan istirahat yang cukup. Apabila seseorang yang memiliki pola hidup sehat, ia akan mendapatkan peningkatan kualitas hidup dan menurunkan kemungkinan terjadinya penyakit kronis (Siloam Hospitals Medical Team, 2026). Namun, masih terdapat banyak orang yang tidak mengadopsi gaya hidup sehat. Berdasarkan laporan SKI 2023 yang terdiri dari 34.500 blok sensus, 40% masyarakat usia 20-24 tahun memiliki aktivitas fisik yang tidak memadai (Kemenkes, 2023). Sumber yang sama juga menyatakan bahwa 40% penduduk Tangerang memiliki tingkat aktivitas fisik yang kurang baik.

Seseorang yang minim beraktivitas memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit kronis (Widyawati, 2019). Kurangnya aktivitas fisik meningkatkan kemungkinan terjadinya diabetes, hipertensi, dan stroke pada dewasa muda (Kemenkes, 2023). Studi oleh Tryastuti et al. (2025) mengungkapkan dari 262 responden, 64% orang dewasa menghadapi pre-hipertensi dan risiko penyakit kardiovaskular. Laporan SKI 2023 juga menyampaikan bahwa minimnya aktivitas fisik menyebabkan 13,4% dewasa muda berumur 20-24 tahun mengalami obesitas (Kemenkes, 2023). Apabila tidak ada upaya untuk mencegah terjadinya penyakit, maka akan terjadi penurunan kualitas hidup masyarakat (Chandrasekaran, 2022). Oleh karena itu, penting bagi dewasa muda untuk memulai gaya hidup yang lebih sehat, terutama melalui olahraga.

Survei yang dilakukan kepada dewasa usia 18-26 tahun di Tangerang menemukan bahwa mayoritas responden memiliki keinginan untuk memulai gaya hidup sehat, namun mengalami kesulitan dalam membangun konsistensi. Selain itu,

sudah banyak orang yang mencoba untuk meningkatkan kualitas gaya hidup dengan mengunduh aplikasi *fitness tracker*, dilakukan untuk meningkatkan konsistensi berolahraga. Namun, dari 427 pengguna, hanya 25% pengguna aplikasi *fitness* tetap menggunakan aplikasi melewati beberapa hari pertama (Herian et al., 2025).

Tidak adanya personalisasi menjadi salah satu faktor pengguna mudah berhenti menggunakan aplikasi *fitness* (Fildansyah, 2023). Kurangnya retensi penggunaan aplikasi *fitness* juga dapat ditanggulangi dengan implementasi gamifikasi dan fitur sosial. 58% dari 2407 responden lebih aktif menggunakan aplikasi yang menerapkan gamifikasi dibandingkan responden yang tidak menggunakan gamifikasi. (Mazeas et al., 2022). Retensi pengguna juga bisa ditingkatkan dengan cara implementasi fitur sosial sebagai stimulus lebih bagi pengguna. Sebuah studi yang dilakukan oleh Wu et al. (2025) menemukan bahwa dukungan informasi dan emosional membantu meningkatkan keaktifan komunitas daring serta retensi pengguna aplikasi *fitness*.

Berdasarkan data yang telah dijabarkan di atas, dibutuhkan solusi bagi dewasa muda yang menyadari pentingnya menjaga kesehatan, namun mengalami kesulitan dalam mempertahankan gaya hidup yang baik. Solusi yang ditawarkan berupa sebuah aplikasi *fitness* bernama MoovPal yang memberikan stimulus eksternal melalui penerapan gamifikasi dan olahraga bersama teman. Untuk membantu mendukung pengenalan aplikasi baru kepada masyarakat secara lebih luas, perlu dirancang sebuah identitas visual untuk menguatkan cita merek dan memudahkan pengenalan aplikasi tersebut. Perancangan ini didukung oleh jumlah penduduk yang disasar oleh aplikasi, yaitu penduduk Tangerang usia 20–24 tahun yang mencapai 151.810 jiwa pada tahun 2025 (BPS, 2026). Jumlah penduduk Tangerang dengan usia dan SES tersebut cukup banyak sehingga aplikasi memiliki daya jual dan pasar yang baik.

1.2 Rumusan Masalah Entrepreneurship and Innovation Program

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah dapat dibagi menjadi masalah sosial dan masalah desain:

1. Masalah sosial dari topik adalah rendahnya tingkat aktivitas pada kalangan dewasa muda usia 20–24 tahun di Indonesia, sehingga meningkatkan risiko menghadapi penyakit seperti hipertensi, obesitas, diabetes, dan penyakit kronis lainnya.
2. Masalah desain adalah media yang tersedia tidak menggunakan pendekatan gamifikasi dan berolahraga bersama teman, sehingga menyebabkan kurangnya konsistensi berolahraga dan retensi pengguna yang kurang maksimal. Maka dari itu, dibutuhkan media aplikasi yang menutupi kelemahan media serupa, dengan cara menerapkan fitur-fitur menyenangkan dengan memadukan olahraga bersama teman dengan elemen gamifikasi. Selain itu, juga dibutuhkan media identifikasi yang mempermudah calon pengguna untuk mengidentifikasi MoovPal sebagai sebuah merek yang memiliki keunggulan tersebut.

Dari permasalahan yang telah dijabarkan, dapat dihasilkan rumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana perancangan identitas visual aplikasi MoovPal untuk meningkatkan aktivitas fisik di kalangan dewasa muda?

1.3 Batasan Masalah Entrepreneurship and Innovation Program

Batasan masalah merupakan ruang lingkup yang diterapkan pada sebuah penelitian agar subjek studi tidak mengalami pelebaran topik (Zahra, n.d.). Sebuah pembatasan masalah akan menghasilkan penjabaran yang lebih fokus dan tertib. Sub-bab ini mencakup pembatasan variabel objek penelitian, subjek atau audiens, dan lokasi yang telah dipersempit dan relevan dengan topik perancangan.

A. Geografis

1. Negara: Indonesia.
2. Kota: Tangerang.

B. Demografis

1. Usia: 20-24 tahun.
2. Jenis Kelamin: Semua.

3. Tingkat Pendidikan: SMA – S1.
4. Pekerjaan: Mahasiswa, Wiraswasta.
5. SES: B – A.
6. Pengeluaran: Rp.1.000.000,00 – Rp.2.000.000,00 / bulan.

C. Psikografis & Behavioral

1. Psikografis:

- Memiliki keinginan untuk hidup sehat.
- Sulit mempertahankan gaya hidup sehat melalui aktivitas fisik.
- Membutuhkan media yang sesuai dengan gaya hidup mereka.
- Membutuhkan stimulus lebih agar bisa konsisten melakukan aktivitas fisik.

2. Behavioral:

- Gaya hidup sedenter.
- Literasi digital yang tinggi.
- Konsistensi olahraga dipicu oleh stimulus eksternal.

1.4 Maksud dan Tujuan Melaksanakan Entrepreneurship and Innovation

Program

Bisnis yang akan didirikan berupa sebuah aplikasi kebugaran dengan nama MoovPal. Aplikasi ini dirancang untuk meningkatkan jumlah dewasa muda usia 20–24 tahun di Tangerang yang ingin mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat. Fungsi utama aplikasi adalah penyediaan layanan pencatatan kegiatan olahraga bersama teman berbasis gamifikasi. Selain itu, aplikasi ini dirancang untuk menjadi media informasi yang mampu memfasilitasi kebutuhan pengguna. Penerapan elemen tersebut diharapkan akan meningkatkan konsistensi olahraga target sasaran aplikasi. Populasi yang disasar cukup besar dan memiliki karakteristik yang relatif seragam, sehingga MoovPal berpotensi untuk menjadi media yang memiliki nilai jual tinggi.

1.5 Manfaat Melaksanakan Entrepreneurship and Innovation Program

Melalui perancangan aplikasi MoovPal untuk PROSTEP *Entrepreneurship and Innovation Program*, diharapkan akan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Penulis, perancangan ini menjadi sarana untuk mengaplikasi dan mengembangkan keterampilan yang telah dipelajari selama berkuliah di Universitas Multimedia Nusantara. Selain itu, penulis juga dapat mempelajari kemampuan untuk membangun sebuah *startup*.
2. Bagi Orang Lain, laporan ini dapat digunakan sebagai panduan perancangan bisnis aplikasi *fitness* MoovPal dari sudut pandang penulis. Aplikasi ini dirancang untuk memberikan stimulus eksternal kepada pengguna untuk mendorong konsistensi dan retensi penggunaan aplikasi yang telah disusun. Laporan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca awam maupun dari kalangan akademis yang tertarik dengan topik serupa.
3. Bagi Universitas, memberikan kontribusi keilmuan dari segi perancangan sebuah aplikasi yang mendorong peningkatan aktivitas fisik dewasa muda usia 20–24 tahun serta menawarkan potensi bisnis yang menjanjikan.

1.6 Deskripsi Waktu dan Prosedur Entrepreneurship and Innovation Program

Sejauh ini, program PROSTEP kerja *Entrepreneurship and Innovation Program* telah berjalan selama empat belas minggu (satu semester) dengan beban 15 SKS dan 207 jam kerja. Tabel di bawah ini menjelaskan deskripsi proses pengerjaan proyek MoovPal.

Tabel 1.1 Tabel Waktu dan Prosedur *Entrepreneurship and Innovation Program*

KEGIATAN	JAN	FEB	MAR	APR	MEI	JUN
Penentuan ide bisnis						
Market and competitor analysis						

KEGIATAN	JAN	FEB	MAR	APR	MEI	JUN
Pengumpulan data primer (kuesioner dan wawancara)						
Pivot dan memperjelas ide bisnis						
Pengerjaan laporan bab 1						
Pengerjaan laporan bab 2						
Pengerjaan laporan bab 3						
Evaluasi 1						
Mempertajam <i>unique selling point</i> bisnis						
Pembuatan prototipe aplikasi						
Pengerjaan desain sosial media						
Pelaksanaan <i>user testing</i>						
Pengerjaan laporan bab 4						
Pengerjaan laporan bab 5						
Evaluasi 2						
Sidang						

Program ini diawali dengan sosialisasi PROSTEP pada bulan Januari. Kemudian dilanjutkan dengan berbagai sesi asistensi yang dilakukan kepada pembimbing internal maupun eksternal untuk melakukan validasi data dan permasalahan yang diangkat. Pengumpulan data primer dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dengan pelaksanaan wawancara yang ditujukan kepada dewasa muda di Tangerang dan Jakarta usia 18-30 tahun, dokter umum, dan orang pemilik *startup* aplikasi. Data kuantitatif dikumpulkan melalui penyebaran sebuah survei yang menargetkan dewasa muda berusia 18-30 tahun di Tangerang dan Jakarta.

Setelah melakukan validasi data, dilakukan pivot dan pengembangan ide bisnis lebih lanjut. Proses ini dilakukan hingga memperoleh model monetisasi,

fitur, dan sebuah konsep membantu menyelesaikan permasalahan yang diangkat. Pada bulan Maret, proses penyusunan laporan dimulai untuk kemudian dikumpulkan pada evaluasi pertama. Kemudian, penulis melakukan *pitching* pertama di hadapan dewan juri, memperoleh masukan yang kemudian digunakan sebagai arahan pengembangan ide bisnis lebih lanjut.

Pada bulan April, penulis dan tim mempertajam *unique selling point* dari bisnis serta memulai perancangan aplikasi MoovPal. Perancangan prototipe dibuat menggunakan aplikasi Figma, karena dapat memfasilitasi pengerjaan desain secara kolaboratif dan *real-time*. Pengembangan aplikasi dilanjutkan hingga Bulan Mei. Selain itu, penulis dan tim juga membuat dan memelihara media sosial MoovPal, melaksanakan *user testing* pada prototipe yang telah dibuat, serta melanjutkan pengerjaan laporan untuk dikumpulkan pada evaluasi kedua. Setelah pengumpulan laporan, penulis menjalankan *Demo Day*, sesi *pitching* kedua di hadapan dewan juri, serta menjalankan sidang pada bulan Juni.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA