



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

PERANCANGAN BUKU RESEP KREASI MAKANAN

SEHAT DARI SAYURAN

Laporan Tugas Akhir

Ditulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Desain (S.Ds.)



Nama : Cindy Claudia
NIM : 13120210030
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni & Desain

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG

2017

LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Cindy Claudia

NIM : 13120210030

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Seni & Desain

Universitas Multimedia Nusantara

Judul Tugas Akhir:

PERANCANGAN BUKU RESEP KREASI MAKANAN SEHAT DARI SAYURAN

dengan ini menyatakan bahwa, laporan dan karya tugas akhir ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Multimedia Nusantara maupun di perguruan tinggi lainnya.

Karya tulis ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, rumusan dan pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan nara sumber.

Demikian surat Pernyataan Originalitas ini saya buat dengan sebenarnya, apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan serta ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan

gelar (S.Ds.) yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Multimedia Nusantara.

Tangerang, 3 Juni 2017

Cindy Claudia

UMN

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

PERANCANGAN BUKU RESEP KREASI MAKANAN

SEHAT DARI SAYURAN

Oleh

Nama : Cindy Claudia

NIM : 13120210030

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Seni & Desain

Tangerang, 6 Juli 2017

Pembimbing

Moh. Rizaldi, S.T., M.Ds.

Pengaji

Ketua Sidang

Chara Susanti, M.Ds.

Zamzami Almakki, S.Pd., M.Ds.

Ketua Program Studi

Yusup S. Martyastiadi, S.T., M.Inf.Tech.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmatNya penulis dapat menyelesaikan laporan ini dengan baik dan tepat waktu. Pemilihan topik membuat makanan sehat dari sayuran ini penulis pilih karena melihat masih banyak anak-anak yang suka memilih-milih makanan, terutama sayuran. Para ibu banyak yang kewalahan, sehingga banyak orang tua yang akhirnya membiarkan atau menyerah dalam mengajak anak-anak untuk mengonsumsi sayuran yang tidak mereka sukai. Menurut penulis permasalahan ini penting untuk diberikan solusi, karena sayuran merupakan salah satu jenis makanan yang penting dan memiliki banyak kandungan gizi baik untuk anak.

Penulis berharap dengan perancangan tugas akhir yang berjudul “Perancangan Buku Resep Kreasi Makanan Sehat dari Sayuran” ini dapat membantu para orang tua agar dapat mengajak anak-anak mereka mengonsumsi sayuran yang tak mereka sukai dengan cara yang menyenangkan dan disukai anak. Dalam penyusunan laporan ini, penulis tentu mengalami adanya kendala dan rintangan, terutama dalam pencarian data dan penulisan laporan yang baik dan benar sesuai format yang telah ditentukan, namun dari permasalahan yang terjadi penulis mendapatkan banyak pembelajaran dan pengalaman baru yang berkesan.

Perancangan tugas akhir ini tidak akan berhasil dengan baik tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah banyak memberi masukan dan dukungan kepada penulis. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Yusup Sigit Martyastiadi, S.T., M.Inf.Tech., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual di Universitas Multimedia Nusantara
2. Mohammad Rizaldi, S.T., M.Ds., selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan pengarahan dan dukungan dalam proses penyusunan laporan tugas akhir
3. Dr. Nani Budiman, Sp. GK, seorang dokter ahli gizi yang telah berperan sebagai narasumber dalam memberikan informasi tentang gizi.
4. Yulia Retno K., seorang kepala seksi editor PT Elex Media Komputindo yang bersedia menjadi narasumber dalam yang memberikan informasi tentang penerbitan buku.
5. Keluarga serta teman yang selalu memberikan dorongan dan dukungan moral kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih terdapat banyak kesalahan dan ketidaksempurnaan yang tidak disadari oleh penulis, oleh sebab itu masukan berupa saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan dalam memberikan perbaikan dalam laporan ini.

Tangerang, 3 Juni 2017



Cindy Claudia

ABSTRAKSI

Riset Kesehatan Dasar (Risksesdas) pada tahun 2014 menunjukkan bahwa 93% anak-anak di Indonesia tidak memperoleh gizi yang cukup dikarenakan kurangnya mengonsumsi sayur, buah, dan susu. Hal ini dikarenakan anak-anak banyak yang masih suka memilih-milih jenis sayuran tertentu. Banyak orang tua yang membiarkan keadaan tersebut, namun jika dibiarkan keadaan ini dapat sangat mengkhawatirkan karena akan berdampak pada kesehatan anak di masa depan. Penulis ingin merancang sebuah buku resep yang berisi resep kreasi makanan mudah yang terbuat dari sayuran yang enak namun juga sehat bagi anak-anak agar memperoleh gizi yang cukup. Dalam perancangan buku resep ini, penulis melakukan metode penelitian secara kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui hasil wawancara, *focus group discussion* (FGD), studi eksisting, dan studi literatur. Hasil akhir yang dicapai yaitu buku resep yang memiliki informasi gizi bagi anak, bagaimana menyiasati anak-anak yang suka memilih-milih makanan tertentu terutama sayuran, serta resep kreasi makanan sehat dari sayuran yang mudah untuk dibuat para ibu.

Kata kunci : resep, anak-anak, sehat, sayuran, fun



ABSTRACT

Basic Health Research (Risikesdas) in 2014 showed a result that 93% of children in Indonesia are not getting enough nutrition due to lack of eating vegetables, fruit, and milk. This is happened because many children still like picking out certain types of food, especially vegetables. Many parents do not care and allowed this circumstances to their children, but if this condition still be ignored by the parents, it will have an impact on children's health in future. Author would like to design a recipe book of making simple snacks made from vegetables, which will be healthy but also tasty for children, in order to obtain sufficient nutrition everyday. In the process of designing the book, author conducted a qualitative research method with data collection through interviews, focus group discussion (FGD), existing studies, and literature. The final result is achieved by a cookbook which provides nutritional informations of children, how to deal with children who like picking out certain foods especially vegetables, as well as healthy and tasty vegetable-made food recipes which are easy to make for mothers.

Keywords: *recipe, children, healthy, vegetable, fun*



DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT	II
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR	IV
KATA PENGANTAR.....	IV
ABSTRAKSI.....	VII
<i>ABSTRACT</i>	VIII
DAFTAR ISI.....	IX
DAFTAR GAMBAR.....	XIII
DAFTAR TABEL	XVIII
DAFTAR LAMPIRAN.....	XIX
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Batasan Masalah.....	3
1.4. Tujuan Tugas Akhir	4
1.5. Manfaat Tugas Akhir	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. <i>Picky Eater</i>	6
2.1.1. Peran Orang Tua terhadap Anak <i>Picky Eater</i>	7
2.2. Kebutuhan Gizi Anak.....	7

2.2.1.	Pentingnya Sayuran dalam Pemenuhan Gizi Anak.....	12
2.3.	Buku	14
2.3.1.	Fungsi Buku	14
2.3.2.	Komponen Buku	14
2.3.3.	Jenis Kertas	18
2.3.4.	Finishing.....	22
2.3.5.	Binding.....	25
2.4.	Food Photography	27
2.5.	Ilustrasi.....	31
2.5.1.	Desain Karakter.....	33
2.6.	Teori Desain Grafis	33
2.6.1.	Elemen Desain	34
2.6.2.	Prinsip Desain	36
2.6.3.	Layout	38
2.6.4.	Tipografi.....	41
2.6.5.	Warna	44
BAB III METODOLOGI	45	
3.1.	Metodologi Pengumpulan Data	45
3.1.1.	Wawancara Ahli.....	46
3.1.2.	Wawancara Target	51
3.1.3.	Kuesioner	54
3.1.4.	Observasi.....	56
3.1.5.	Studi Eksisting	57

3.2. Metodologi Perancangan.....	64
BAB IV PERANCANGAN DAN ANALISIS	69
4.1. Perancangan	69
4.1.1. Mindmapping	69
4.1.2. Brainstorming.....	71
4.1.3. Big Idea dan Konsep	72
4.1.4. Judul	72
4.1.5. Konten	73
4.1.6. Layout	74
4.1.7. Tipografi.....	76
4.1.8. Ilustrasi.....	77
4.1.9. Fotografi.....	81
4.1.10. Aplikasi pada Media	82
4.2. Analisis.....	90
4.2.1. Ukuran Buku	90
4.2.2. Cover Buku	91
4.2.3. Konten	93
4.2.4. Binding.....	109
4.2.5. Finishing.....	109
BAB V PENUTUP.....	110
5.1. Kesimpulan	110
5.2. Saran.....	111

DAFTAR PUSTAKA.....XX



DAFTAR GAMBAR

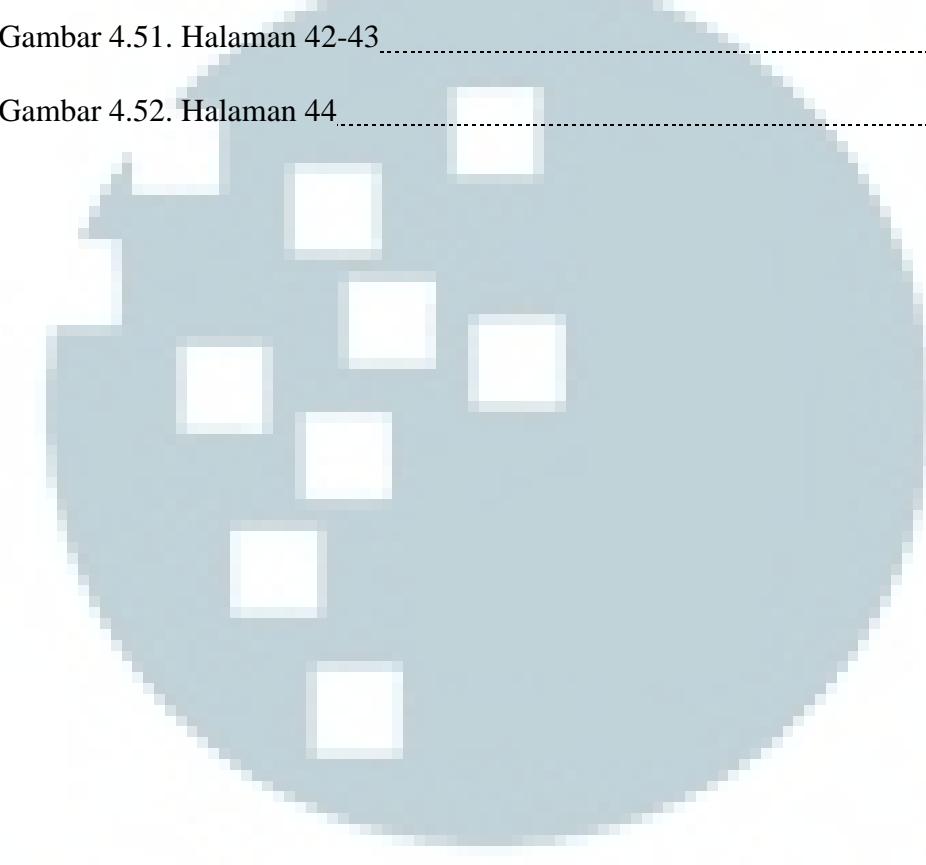
Gambar 2.1. Makanan yang Mengandung Protein	8
Gambar 2.2. Makanan yang Mengandung Karbohidrat	9
Gambar 2.3. Makanan yang Mengandung Lemak	10
Gambar 2.4. Makanan yang Mengandung Serat	11
Gambar 2.5. Makanan yang Mengandung Vitamin	11
Gambar 2.6. Makanan yang Mengandung Mineral	12
Gambar 2.7. Contoh Cover Buku Resep	15
Gambar 2.8. Contoh Book Spine	16
Gambar 2.9. Contoh <i>Fly Page</i> pada Buku	17
Gambar 2.10. Perbandingan Kertas <i>Uncoated</i> dan <i>Coated</i>	18
Gambar 2.11. Jenis Kertas berdasarkan Berat	19
Gambar 2.12. <i>Foil Stamping</i>	23
Gambar 2.13. <i>UV Varnish</i>	23
Gambar 2.14. <i>Die Cutting</i>	24
Gambar 2.15. <i>Blind Emboss/Deboss</i>	25
Gambar 2.16. Perfect Binding	26
Gambar 2.17. Canadian Binding	26
Gambar 2.18. Foto <i>portrait</i> (kiri) dan <i>landscape</i> (kanan)	28
Gambar 2.19. Foto dengan sudut <i>eye level</i>	29
Gambar 2.20. Foto makanan dengan sudut <i>bird's eye</i>	30
Gambar 2.21. Pemotretan dari sudut tertentu	31
Gambar 2.22. Ilustrasi penjelasan proses memasak	32

Gambar 2.23. Garis	34
Gambar 2.24. <i>Shape</i> dan <i>Form</i>	35
Gambar 2.25. Keseimbangan	37
Gambar 2.26. Jenis-jenis penekanan dalam hirarki visual	37
Gambar 2.27. Contoh Rhythm	38
Gambar 2.28. <i>Single-column grid</i>	39
Gambar 2.29. <i>Two-column grid</i>	40
Gambar 2.30. <i>Modular grid</i>	40
Gambar 2.31. <i>Hierarchical grid</i>	41
Gambar 2.32. Perbedaan Sans Serif dan Serif	42
Gambar 2.33. Contoh huruf script	42
Gambar 2.34. Contoh huruf specialty	43
Gambar 2.35. Contoh huruf simbol dan gambar	44
Gambar 3.1. Foto Kegiatan Wawancara dengan Dr. Nani Budiman, Sp.GK	49
Gambar 3.2. Foto Kegiatan Wawancara dengan Ibu Yulia Retno	51
Gambar 3.3. Foto Suasana FGD penulis dengan beberapa Ibu	53
Gambar 3.4. Para Ibu sedang melihat buku resep	53
Gambar 3.5. Layout A	58
Gambar 3.6. Layout B	59
Gambar 3.7. Halaman Daftar Isi	61
Gambar 3.8. Konten Buku	62
Gambar 3.9. Konten Buku Resep Kukis	64
Gambar 4.1. Mindmapping 1	70

Gambar 4.2. Mindmapping 2	70
Gambar 4.3. Brainstorming	72
Gambar 4.4. Judul	73
Gambar 4.5. Flat Plan Buku Resep	74
Gambar 4.6. Penerapan Layout Two-Columns Grid pada Desain Buku	75
Gambar 4.7. Sketsa Layout Resep	75
Gambar 4.8. Jenis Font Catatan Perjalanan	76
Gambar 4.9. Jenis Font Om Telolet Om	77
Gambar 4.10. Jenis Font Arvin (Regular)	77
Gambar 4.11. Sketsa Keranjang Sayur	78
Gambar 4.12. Hasil jadi ilustrasi setelah diwarna	78
Gambar 4.13. Sketsa Bahan	79
Gambar 4.14. Lineart	79
Gambar 4.15. Coloring	79
Gambar 4.16. Finishing	80
Gambar 4.17. Aplikasi Ilustrasi dalam Resep	80
Gambar 4.18. Set Foto 1	81
Gambar 4.19. Set Foto 2	82
Gambar 4.20. Desain Banner	84
Gambar 4.21. Desain Poster	85
Gambar 4.22. Desain Iklan Media Sosial	85
Gambar 4.23. Notebook	86
Gambar 4.24. Stiker set	87

Gambar 4.25. Tote Bag	87
Gambar 4.26. Magnet Kulkas	88
Gambar 4.27. Alternatif Desain Cover	92
Gambar 4.28. Revisi Desain Cover	92
Gambar 4.29. Fly Page	93
Gambar 4.30. Halaman 2	94
Gambar 4.31. Halaman 3	95
Gambar 4.32. Halaman 4-5	95
Gambar 4.33. Halaman 6-7	96
Gambar 4.34. Halaman 8-9	97
Gambar 4.35. Halaman 10-11	98
Gambar 4.36. Halaman 12-13	98
Gambar 4.37. Halaman 14-15	100
Gambar 4.38. Halaman 16-17	100
Gambar 4.39. Halaman 18-19	101
Gambar 4.40. Halaman 20-21	101
Gambar 4.41. Halaman 22-23	102
Gambar 4.42. Halaman 24-25	100
Gambar 4.43. Halaman 26-27	103
Gambar 4.44. Halaman 28-29	103
Gambar 4.45. Halaman 30-31	104
Gambar 4.46. Halaman 32-33	104
Gambar 4.47. Halaman 34-35	105

Gambar 4.48. Halaman 36-37	105
Gambar 4.49. Halaman 38-39	106
Gambar 4.50. Halaman 40-41	106
Gambar 4.51. Halaman 42-43	108
Gambar 4.52. Halaman 44	108



UMN

The letters "UMN" are displayed in a large, bold, and slightly italicized font. The letters are a uniform light blue color. They are positioned below the circular watermark and above the page number.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Tabel Kebutuhan Kalori Anak 8

Tabel 4.1. Tabel Budgeting 87

UMN