

LAPORAN TUGAS AKHIR
PERANCANGAN *HANDBOOK* KESEHATAN WANITA
TENTANG ANOREKSIA NERVOSA

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Ahli Madya



Disusun Oleh :
Ananda Ditia Saraswati
NIM : 19010015

PROGRAM STUDI DESAIN GRAFIS
JURUSAN DESAIN GRAFIS
POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF JAKARTA

2022

LAPORAN TUGAS AKHIR
PERANCANGAN *HANDBOOK* KESEHATAN WANITA
TENTANG ANOREKSIA NERVOSA

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Ahli Madya



Disusun Oleh :

Ananda Ditia Saraswati

NIM : 19010015


PROGRAM STUDI DESAIN GRAFIS
JURUSAN DESAIN GRAFIS
POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF JAKARTA
2022

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Tugas Akhir : Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa
Penulis : Ananda Ditia Saraswati
NIM : 19010015
Materi : Desain (Konsentrasi: Desain Grafis)
Program Studi : Desain Grafis
Jurusan : Desain Grafis

Tugas Akhir ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan Tim Penguji Tugas Akhir di kampus Politeknik Negeri Media Kreatif pada hari Senin tanggal 18 Juli 2022

Disahkan oleh:
Ketua Penguji,



Mulyanuddin, S.Pd., MM.
NIP. 195912041981031001

Anggota 1



Ali Iryanto, S.Sn., M.Sn.
NIDN. 0313068302

Anggota 2



Yayah Nurasih, M.Pd.
NIP. 199308012020122013

Mengetahui,
Ketua Jurusan Desain Grafis




Deddy Stevano Tubing, Dipl. Ing.
NIP. 198010312014041001

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa
Penulis : Ananda Ditia Saraswati
NIM : 19010015
Program Studi : Desain (Konsentrasi: Desain Grafis)
Jurusan : Desain Grafis

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.
Ditandatangani di ~~..Klaten~~....., 16 Juli 2022.....

Pembimbing I



Dayu Sri Herti, S.Pd., M.Sn
NIP. 197602012002122001

Pembimbing II



Rian Dwi Antoro, S.Ds., M.Sn
NIP.

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Desain Grafis

~~Lani Siti Noor Aisyah, M.Ds~~
NIP. 198501122019032016

PERNYATAAN ORIGINALITAS TUGAS AKHIR DAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ananda Ditia Saraswati
NIM : 19010015
Program Studi : Desain (Konsentrasi: Desain Grafis)
Jurusan : Desain Grafis
Tahun Akademik : 2021/2022

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir saya dengan judul: Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa adalah **original, belum pernah dibuat oleh pihak lain, dan bebas dari plagiarisme.**

Bilamana pada kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 16 Juli 2022

Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow and red 10,000 Rupiah stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPULUH RIBU RUPIAH', '10000', 'KEMENTERIAN KEUANGAN REPUBLIK INDONESIA', and the serial number '6CC05A X921045680'.

Ananda Ditia Saraswati

NIM: 19010015

PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai civitas academica Politeknik Negeri Media Kreatif, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ananda Ditia Saraswati
NIM : 19010015
Program Studi : Desain (Konsentrasi Desain Grafis)
Jurusan : Desain Grafis
Tahun Akademik : 2021/2022

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Negeri Media Kreatif **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Politeknik Negeri Media Kreatif berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Jakarta, 16 Juli 2022

Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a circular stamp. The stamp features the number '10000' and the text 'SERBUHAN BUKU RIEMAN' and 'E2AA5AJX934845665'.

Ananda Ditia Saraswati
NIM: 19010015

PRAKATA

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberi kekuatan, kemampuan, dan kesabaran kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Tujuan penulisan tugas akhir adalah memenuhi salah satu persyaratan bagi mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikan Diploma 3/Sarjana Terapan Program Studi Desain Grafis di Politeknik Negeri Media Kreatif.

Dalam tugas akhir ini, penulis merancang *handbook* kesehatan wanita tentang anoreksia nervosa. Berdasarkan karya tersebut, penulis menyusun laporan TA berjudul “Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa” yang bertujuan untuk menyadarkan masyarakat mengenai bahaya anoreksia nervosa dan mengedukasi masyarakat bagaimana untuk mencegah bertambahnya penderita anoreksia nervosa. Laporan TA ini tidak akan selesai dengan baik tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari orang-orang yang berada di sekitar penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Dr. Tipri Rose Kartika, SE.MM Direktur Politeknik Negeri Media Kreatif.
2. Dr. Benget Simamora, M.M., Wakil Direktur Bidang Akademik.
3. Deddy Stevano H. Tobing, Dipl.Ing., Ketua Jurusan Desain Grafis
4. Lani Siti Noor Aisyah.,M.Ds., Koordinator Program Studi Desain Grafis
5. Dayu Sri Herti, S.Pd., M.Sn., Pembimbing I
6. Rian Dwi Antoro, S.Ds., M.Sn., Pembimbing II
7. Para Dosen dan staf Jurusan Jurusan Desain Grafis serta karyawan Politeknik Negeri Media Kreatif yang telah melayani mahasiswa selama 3 (tiga) tahun penulis menempuh pendidikan di sini.
8. Kedua orangtua penulis yang telah banyak memberikan dukungan materi dan moral sehingga penulis dapat melaksanakan Tugas Akhir dengan baik dan lancar.

9. Kucing tersayang saya selaku hewan peliharaan yang selalu menemani dalam tugas-tugas dan sebagai moodbooster saya.
10. Karakter-karakter fiksi yang selalu menginspirasi saya, dan mengisi hari-hari berat saya.
11. Seluruh teman dan sahabat yang telah membantu dan memberi dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
12. Teman-teman Desain Grafis Angkatan 12 yang telah berjuang bersama.
13. Pihak-pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, atas dukungan dan doa restu yang berhubungan dengan kegiatan Praktik Industri Desain Grafis.

Jakarta, 16 Juli 2022

Penulis



Ananda Ditia Saraswati

NIM. 19010015

ABSTRACT

Anorexia Nervosa is a mental disorder that causes sufferers to experience extreme eating disorders that pose a risk of death. The author wants to invite the public and educate them to be more aware of Anorexia Nervosa. The method of this final project is based on literature study, questionnaires and interviews. The purpose of the Design of the Women's Health Handbook About Anorexia Nervosa was made to educate the public and improve the campaign, which is only through banners at certain events, this handbook adds data illustrations with a feminine impression and uses vibrant colors and is added with supporting media for posters and flyers. The benefits of designing this handbook will be used to educate the public and add new insights about anorexia. The provisional hypothesis is that anorexia is a mental illness in which women are more likely to suffer from it than men. The conclusion is that with the handbook made of interesting information and illustrations, the public will have more new insights about anorexia nervosa, where anorexia is still unknown to the public.

Keywords: Health, Anorexia Nervosa, Women, Handbook

ABSTRAK

Anoreksia Nervosa merupakan gangguan mental yang menyebabkan penderita mengalami gangguan makan yang ekstrem hingga beresiko kematian. Penulis ingin mengajak masyarakat dan mengedukasi agar lebih *aware* dengan Anoreksia Nervosa. Metode karya tugas akhir ini berdasarkan studi pustaka, kuesioner dan wawancara. Tujuan Perancangan *Handbook* Kesehatan Wanita Tentang Anoreksia Nervosa dibuat untuk mengedukasi masyarakat dan menyempurnakan kampanye yang hanya melalui banner pada *event* tertentu saja, *handbook* ini menambahkan ilustrasi *flat design* dengan kesan feminim dan menggunakan warna yang vibrant dan ditambah dengan media pendukung seperti poster dan flyer. Manfaat dari perancangan *handbook* ini akan dipergunakan untuk mengedukasi masyarakat dan menambah wawasan baru seputar anoreksia. Hipotesa sementara anoreksia merupakan penyakit mental yang dimana wanita menjadi pengidap terbanyak dibandingkan dengan laki-laki. Kesimpulan yang di peroleh bahwa dengan adanya *handbook* yang dibuat dengan informasi dan ilustrasi yg menarik, masyarakat akan lebih memiliki wawasan baru mengenai anoreksia nervosa, dimana anoreksia ini masih banyak belum diketahui oleh masyarakat.

Kata Kunci: Kesehatan, Anoreksia Nervosa, Wanita, *Handbook*

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	ii
ABSTRAK.....	iii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	2
C. Batasan Masalah.....	2
D. Rumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penulisan.....	3
F. Manfaat Penulisan.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Desain Grafis.....	5
B. Tipografi.....	6
C. Layout.....	7
D. Warna.....	9
E. Ilustrasi.....	11
F. Media Promosi.....	13
G. Buku.....	16
H. Teori Anoreksia Nervosa.....	18
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	19
A. Data Objek Penulisan.....	19
1. Objek Karya.....	19
2. Spesifikasi Karya.....	19
3. Data Klien.....	19
4. Analisis Khalayak.....	20
B. Teknik Pengumpulan Data.....	20
1. Studi Pustaka.....	20
2. Kuesioner.....	21
3. Wawancara.....	22
C. Ruang Lingkup.....	22
1. Peran Penulis.....	22
2. Kategori Karya.....	22
3. Ide Kreatif.....	23
a. Mindmapping.....	23
b. Moodboard	24
1) Strategi Perancangan Handbook.....	25
2) Strategi Perancangan Sketsa.....	25
3) Strategi Perancangan Pembuatan Aset Ilustrasi... 25	

4) Strategi Perancangan Editing dan Layout.....	27
5) Strategi Perancangan Media Pendukung.....	27
c. Hasil Analisis SWOT.....	27
4. Langkah Kerja.....	27
a. Praproduksi/Persiapan.....	27
b. Produksi/Pelaksanaan.....	28
c. Pascaproduksi/Evaluasi.....	28
BAB IV PEMBAHASAN.....	29
A. Praproduksi.....	29
1. Mindmapping & Moodboard.....	29
2. Membuat Naskah.....	30
3. Pembuatan Sketsa Layout.....	30
4. Digitalisasi Layout.....	31
B. Media Pendukung.....	37
1. Poster.....	37
2. Flyer.....	37
3. Gimmick.....	38
a. Sticker.....	38
b. Pin.....	39
c. Gantungan Kunci.....	39
BAB V PENUTUP.....	40
A. Simpulan.....	40
B. Saran.....	41

DAFTAR TABEL

1. Tabel 3.1. Analisis SWOT

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 2.1. Contoh huruf (font)
2. Gambar 2.2. Contoh Layout
3. Gambar 2.3. Contoh Grid Layout Handbook
4. Gambar 2.4. Lingkaran warna/color wheel.
5. Gambar 2.5. Warna Additive dan Subtractive
6. Gambar 2.6. Contoh palet warna
7. Gambar 2.7. Contoh Ilustrasi
8. Gambar 2.8. Contoh Ilustrasi poster
9. Gambar 2.9. Contoh Ilustrasi Handbook
10. Gambar 2.10. Contoh Billboard
11. Gambar 2.11. Contoh Below The Line
12. Gambar 2.12. Contoh buku
13. Gambar 2.13. Contoh Handbook
14. Gambar 3.1 Hasil Diagram Kuesioner
15. Gambar 3.2. Mindmapping
16. Gambar 3.3. Moodboard
17. Gambar 3.4. Sketsa Aset & Layout
18. Gambar 3.5. Aset Digital
19. Gambar 3.6. Aset Digital
20. Gambar 4.1. Mindmapping & Moodboard
21. Gambar 4.2. Rancangan Naskah
22. Gambar 4.3. Sketsa Layout
23. Gambar 4.4. Cover Book
24. Gambar 4.4. Pattern Hal. 2-3
25. Gambar 4.5. Table of conten Hal. 4-5
26. Gambar 4.6. Kata Pengantar Hal. 6-7
27. Gambar 4.7. Hal. 8-9
28. Gambar 4.7. Hal. 10-11
29. Gambar 4.8. Hal. 11-13
30. Gambar 4.9. Hal. 14-15
31. Gambar 4.10. Hal. 16-17
32. Gambar 4.11. Hal. 18-19
33. Gambar 4.12. Hal. 20-21
34. Gambar 4.13. Hal. 22-23
35. Gambar 4.14. Hal. 24-25
36. Gambar 4.15. Hal. 26-27
37. Gambar 4.16. Hal. 28-29
38. Gambar 4.17. Hal. 30-21
39. Gambar 4.18. Poster Media Pendukung

40. Gambar 4.19. Flyer Media Pendukung
41. Gambar 4.20. Sticker set
42. Gambar 4.21. Pin
43. Gambar 4.2. Gantungan Kunci