

BAB III

Strategi komunikasi

III.1 Analisa Data Riset

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode wawancara In Depth Interview, observasi tidak langsung dan observasi online beserta studi literatur, kedua metode tersebut digunakan untuk mendapatkan data dari narasumber yang terdiri dari personal trainer dan target audiens yang merupakan orang yang melakukan kegiatan olahraga di gym. Sementara metode observasi online dan studi literatur digunakan untuk mendapatkan data informasi yang akan dijadikan sebagai materi yang akan disampaikan melalui perancangan desain.

III.1.1 Wawancara In Depth Interview

III.1.1 .1 Tujuan:

1. Untuk mengetahui urgensi dari potensi cedera saat berolahraga di gym
2. Mendapatkan insight akan penyebab cedera olahraga di gym
3. Mengetahui tipe orang yang paling berpotensi untuk cedera

III.1.1 .2 Target Wawancara:

Sejumlah 6 Personal Trainer, dengan pengalaman minimal 8 tahun melatih. Adapun pertimbangan pemilihan narasumber sebagai berikut:

1. Memiliki pengalaman, kualifikasi dan merupakan praktisi dalam bidang yang diteliti
2. Hampir setiap hari berada di lapangan
3. Mengetahui insight dari bidang yang ingin diteliti
4. Berpengalaman bertahun tahun dalam mengamati bidang yang ingin diteliti
5. Dapat memberikan data yang tidak bias karena bukanlah seorang pemilik gym

III.1.1 .3 Metode Pengumpulan Data:

Metode yang digunakan adalah in Depth Interview. Karena tujuan wawancara adalah untuk mendapatkan insight dari masalah yang diangkat, maka diperlukan data kualitatif yang bersifat dalam sehingga penulis dapat memahami permasalahan secara lengkap untuk dapat menarik kesimpulan.

III.1.1.4 Analisa Wawancara In Depth Interview

Dari hasil wawancara yang dilakukan dapat diketahui bahwa meskipun terdapat peningkatan dalam kuantitas orang yang peduli akan kesehatan dan mengikuti olahraga gym/fitness. Tetapi tingkat inisiatif orang-orang tersebut dalam mencari tahu akan bagaimana Teknik dan cara yang benar dalam berolahraga masih rendah. Sehingga menyebabkan meningkatnya jumlah orang yang berpotensi untuk cedera saat latihan.

Dalam melakukan olahraga gym/fitness seorang pemula biasanya belum terekspose dengan resiko cedera yang tinggi. Ini dikarenakan beban yang digunakan masih ringan. Tetapi dengan adanya factor waktu dan meningkatnya beban yang digunakan, apabila tidak disertai dengan Teknik dan cara yang benar maka potensi cedera akan meningkat hingga pada akhirnya cedera fatal dapat terjadi seperti robeknya otot dan cedera tulang belakang.

Beberapa jenis gerakan olahraga fitness/gym yang paling memiliki potensi untuk mendatangkan cedera adalah gerakan yang menggunakan otot besar seperti otot dada, bahu, punggung dan kaki. Selain itu gerakan sit up pun dapat menjadi factor cedera apabila penggunaan otot yang dilakukan keliru dan akibatnya adalah cedera pada tulang punggung.

Selama pengalamannya melatih narasumber menilai bahwa tipe orang yang paling berpotensi cedera adalah tipe orang yang motivasinya dalam berolahraga adalah karena trend atau ikut-ikutan. Karena tipe orang seperti ini biasanya tidak memiliki inisiatif untuk bertanya maupun mencari tahu lebih dahulu mengenai teknik dan cara yang tepat dalam berolahraga sehingga dengan adanya ketidaktahuan ini adalah kemungkinan cedera dalam jangka panjang akan meningkat.

III.1.1.5 Hasil Wawancara In Depth Interview

Dalam wawancara yang dilakukan kepada 6 narasumber yang merupakan ahli pada topik dan bidang yang dipilih dengan pengalaman bertahun-tahun sebagai personal trainer dan pengamat lapangan. Penulis mendapatkan beberapa kesimpulan

1. Cedera olahraga gym dapat menjadi sesuatu yang fatal dan permanen
2. Kemungkinan cedera biasanya diawali dengan persepsi yang salah pada pemula yang tidak memiliki pengetahuan dan inisiatif untuk mencari Teknik atau cara berolahraga yang benar sehingga terhindar dari cedera.
3. Cedera fatal disebabkan oleh kesalahan Teknik dan cara latihan
4. Dengan meningkatnya kuantitas orang yang mengikuti olahraga gym, maka meningkat juga kuantitas orang yang berpotensi untuk cedera.

III.1.2 Observasi Tidak Langsung

III.1.2.1 Tujuan:

1. Untuk mengetahui kuantitas dan insight dari target yang dituju
2. Mengetahui urgensi dari masalah yang diangkat dari kuantitas penderita
3. Mengetahui relevansi topik yang ingin diangkat dari sisi target
4. Mengetahui insight akan masalah yang ingin diatasi

III.1.2.2 Target Observasi

Member/anggota gym, dengan tujuan mengidentifikasi motivasi dan perilaku serta insight dari target audiens. Observasi ini dilakukan secara tidak langsung karena peneliti memerlukan perantara yaitu personal trainer sebagai pengamat yang memiliki kemampuan dan kualifikasi untuk mengidentifikasi data yang diperlukan dengan pertimbangan

1. Memiliki pengalaman, kualifikasi dan merupakan praktisi dalam bidang yang diteliti
2. Hampir setiap hari berada di lapangan
3. Mengetahui insight dari bidang yang ingin diteliti
4. Berpengalaman bertahun-tahun dalam mengamati bidang yang ingin diteliti
5. Dapat memberikan data yang tidak bias karena bukanlah seorang pemilik gym

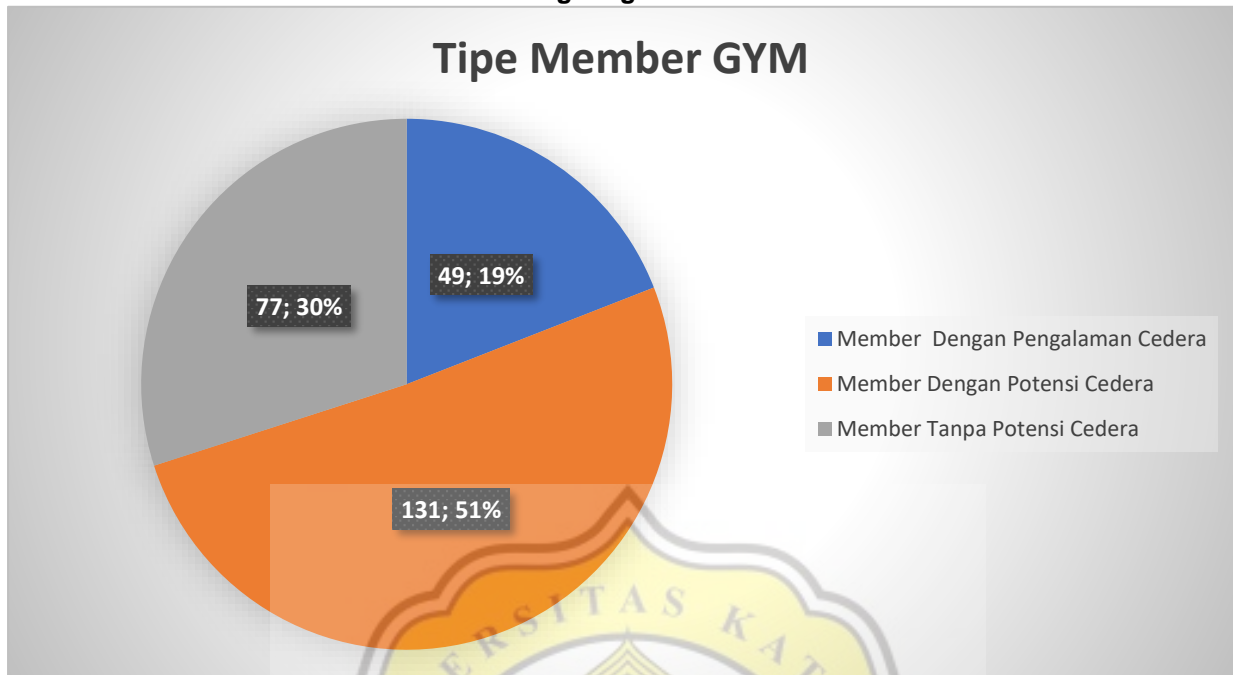
Observasi ini dilakukan pada sejumlah gym yang terdapat di kota Semarang dengan tujuan untuk mendapatkan data yang luas. Penelitian ini melibatkan sejumlah hampir 300 orang yang melakukan olahraga gym pada:

1. Novotel In Balance Fitness Centre
2. Duta Fitness Centre
3. Shang Ri La Fitness Centre
4. Flozor Fitness Centre

III.1.2.3 Metode Pengumpulan Data:

Observasi yang dilakukan adalah observasi tidak langsung, karena dilakukan dengan cara melakukan wawancara terhadap narasumber yang melalui profesinya telah melakukan observasi secara langsung. Jenis wawancara yang dilakukan adalah wawancara terpimpin, Jenis wawancara ini dipilih dengan panduan akan informasi yang didapat pada penelitian sebelumnya peneliti bertujuan untuk memperkuat pengertian dan data akan kasus yang diangkat dari sisi target.

III.1.2.4 Analisa Hasil Observasi Tidak Langsung



Dari data yang dikumpulkan dari 4 GYM yang ada di Kota Semarang, dan dari total 270 member gym didapatkan data berupa lebih dari 50% member gym yang ada masih memiliki potensi cedera.

1. Terjadi peningkatan kuantitas member gym pemula karena trend olahraga gym. Sehingga masalah ini dinilai akan terus meluas dengan bertambahnya tempat gym / pusat kebugaran dan semakin populernya trend kesehatan yang ada.
2. Mayoritas orang yang memiliki resiko tinggi cedera adalah orang yang baru memulai olahraga fitness/ weight training yaitu dengan usia 19 – 25 tahun.
3. Terdapat lebih dari separuh anggota gym/fitness memiliki potensi cedera ringan sampai fatal.
4. Sebanyak 30% anggota gym bebas dari potensi cedera, hal ini disebabkan karena mereka memiliki inisiatif dan akses mudah untuk mengetahui Teknik olahraga yang benar.
5. Potensi cedera disebabkan oleh minimnya akses informasi bagi orang yang memiliki inisiatif rendah untuk mempelajari Teknik olahraga yang benar.

III.1.3 Observasi Online dan Studi Literature

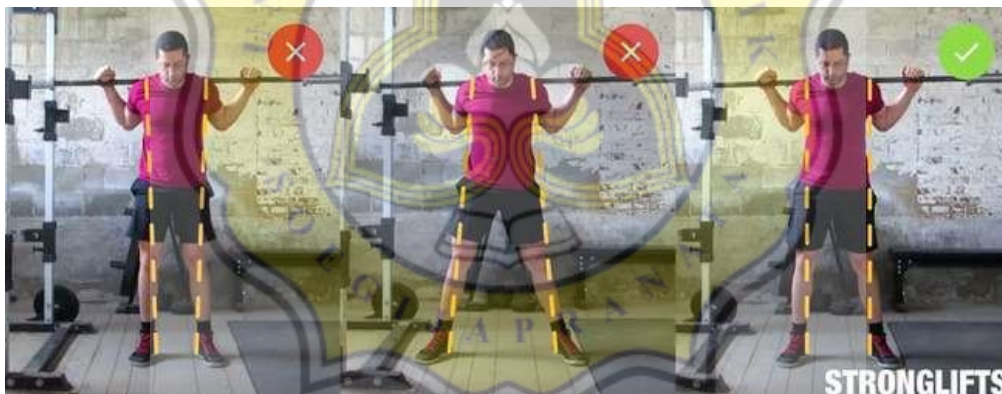
Definisi *Fitness*

Fenomena latihan fisik yang biasa disebut sebagai "*Fitness*","*Exercise*" dapat didefinisikan sebagai berbagai kegiatan fisik yang dilakukan dalam sebuah *fitness centre (gym)* dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas fisik seseorang. (Antonino Bianco, 2015, 602)

Terdapat berbagai macam jenis aktivitas yang dapat dilakukan dalam kegiatan *fitness*, salah satunya yang paling populer dan sekaligus paling berbahaya adalah kegiatan *weight training*. (McRobert, 1996)

Teknik *weight training*

Menurut Stuart McRobert (1996) pada buku Beyond Brawn, dinyatakan bahwa teknik merupakan prioritas pertama dalam membentuk fisik., tanpa teknik yang benar maka sebaik apapun alat latihan, diet, suplemen dan faktor lainnya tidak akan berpengaruh banyak pada hasil latihan. Olahraga *weight training* apabila dilakukan tanpa teknik yang benar maka dapat dinyatakan sebagai salah satu aktivitas yang paling berbahaya. (McRobert, 1996, 189)



Gambar III.1 Contoh Teknik Weight Training

Sumber: <https://stronglifts.com/#gref>

Teknik weight training merupakan panduan akan bagaimana tata cara melakukan sebuah exercise/ latihan. Hal tersebut mencakup posisi bagian tubuh, arah gerakan dan berbagai panduan lain yang bertujuan meningkatkan efisiensi dan kualitas latihan. Hal inilah yang dapat mencegah resiko cedera dan meningkatkan hasil yang didapat dari olahraga *fitness/ weight training*.

Dalam olahraga fitness/ weight training terdapat banyak jenis latihan untuk berbagai bagian tubuh. Tetapi jenis latihan yang paling penting dalam pembentukan otot dan oleh sebab itu paling berbahaya adalah jenis latihan yang bersifat manual dan melibatkan otot besar. Latihan tersebut antara lain adalah:

1. Bench Press
2. Squad
3. Deadlift

Ketiga latihan tersebut melibatkan mayoritas otot yang ada pada tubuh, dan menuntut energi yang besar saat dilakukan. Hal ini menyebabkan resiko cedera yang tinggi dibanding jenis latihan ini. Meskipun begitu pada setiap pusat kebugaran/ fitness centre yang ada pasti memfasilitasi jenis latihan ini, karena jenis latihan ini merupakan latihan yang sangat efektif dan vital pada olahraga weight training. (Mehdi, 2018)

III.2 Sasaran Khalayak

III.2.1 Geografis

Sasaran Geografis yang dituju adalah wilayah Kota Semarang, sehubungan dengan berkembangnya Kota Semarang maka masalah yang diangkat dalam bentuk resiko cedera olahraga juga meningkat seiring bertumbuhnya minat masyarakat Kota Semarang untuk berolahraga.

III.2.2 Demografis

1. Usia 19 – 25, Minimal usia seseorang untuk dapat berolahraga di gym adalah 19 tahun keatas. Menurut Analisa hasil riset rentang umur 19 – 25 tahun paling banyak memiliki resiko cedera dalam olahraga karena merupakan pemula dalam fitness.
2. SES A & SES AB, didasarkan biaya yang diperlukan untuk bergabung kedalam sebuah gym yang tergolong sebagai keperluan tersier.
3. Mencakup pekerja dari berbagai profesi dan pelajar seperti mahasiswa.

III.2.3 Psikografis

1. Memiliki keakraban dengan visual yang ada pada teknologi dan gadget.
2. Menyukai dan mengikuti trend, baik itu mengenai makanan, hiburan dan olahraga .
3. Belum memiliki pengalaman maupun pengetahuan yang cukup mengenai olahraga fitness dan weight training.
4. Memiliki ketertarikan dan keinginan untuk berolahraga fitness/ weight training.
5. Kurang memiliki inisiatif dalam mempelajari olahraga fitness/weight training.

III.3 Strategi Komunikasi

III.3.1 Analisa SWOT Teknik Weight Training Sebagai Pemecahan Masalah

Dalam menyelesaikan masalah yang berupa resiko cedera dalam olahraga weight training, maka berdasar Analisa yang telah dilakukan, penulis menyimpulkan bahwa metode terbaik untuk menyelesaikan masalah tersebut adalah dengan menginformasikan teknik weight training kepada target audiens. Berikut adalah Analisa swot terhadap metode pemecahan yang akan digunakan dalam perancangan ini

Strenght

- mengurangi potensi cedera secara signifikan
- meningkatkan keefektifan latihan yang dilakukan
- Informasi dapat diakses dengan mudah terutama dengan perkembangan gadget

Weakness

- Tidak menjamin 100 persen akan mencegah cedera
- Susah dikomunikasikan secara lisan dan tulisan

Opportunities

- Ideal apabila dikomunikasikan secara visual
- belum terdapat media yang ideal, sehingga informasi tidak mencapai ke target audiens/ masyarakat yang membutuhkan
- Dapat memotivasi target audiens untuk mempelajari teknik olahraga lebih lanjut, dan berpotensi menyebarnya informasi tersebut

Threats

- tidak diperlukan apabila menggunakan jasa Personal Trainer

III.3.2 Creative brief

Menggunakan teori Lasswell model of communication (Hardjana. A 2003).

III.3.2.1 Siapa ? (Who?)

Asosiasi Pelatih Kebugaran Indonesia (APKI) adalah lembaga edukasi yang menerbitkan sertifikat di bidang Kepelatihan Kebugaran. Materi pendidikan APKI berdasarkan studi ilmiah di bidang ilmu olahraga dengan kolaborasi bersama praktisi di industri fitness

VISI

Mewujudkan generasi Indonesia yang sehat secara jasmani.

MISI

- i. Meningkatkan kualitas hidup serta kesejahteraan praktisi kebugaran.
- ii. Meningkatkan mutu praktisi kebugaran melalui pembinaan secara berkala.
- iii. Menjadi pusat informasi terlengkap praktisi kebugaran berpendidikan di Indonesia.
- iv. Mengembangkan dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan di bidang kebugaran.

TUJUAN

- I. Mewujudkan komunikasi dan kerjasama yang sinergis dan harmonis dalam berbagai kegiatan pengembangan sumber daya manusia khususnya para praktisi kebugaran.
- II. Membantu usaha pemerintah, swasta, maupun masyarakat dalam memberikan mutu pelayanan jasa kebugaran yang lebih baik.
- III. Menghimpun para pakar yang peduli pada berbagai kendala kesejahteraan yang dihadapi oleh para praktisi kebugaran guna menemukan solusi terbaik.
- IV. Meningkatkan kualitas serta ketersediaan praktisi kebugaran yang berkompeten di masyarakat.
- V. Meningkatkan daya saing praktisi kebugaran Indonesia baik dalam skala nasional maupun internasional.

III.3.2.2 Apa yang ingin disampaikan ? (What?)

Penulis ingin menyampaikan informasi mengenai teknik olahraga weight training dengan tujuan meminimalisir resiko cedera pada olahraga weight training. Informasi mengenai teknik weight training tersebut akan disampaikan dalam bentuk panduan visual yang berisikan guideline mengenai teknik weight training.

III.3.2.3 Melalui media apa ? (Which channel?)

Dalam tujuan mengatasi salah satu pokok masalah dalam bentuk tidak adanya keberadaan media yang ideal dalam menyampaikan informasi mengenai teknik weight training maka penulis akan menggunakan media yang dapat mengatasi pokok masalah tersebut.

Media utama yang dipilih adalah rollup banner sehingga dapat dengan ideal diaplikasikan pada lokasi gym atau pusat kebugaran dan dengan demikian memberikan akses langsung kepada target di lokasi dimana target paling membutuhkan informasi tersebut.

Sebagai media pendukung terdapat merchandise berupa tank top dan protein shaker, keduanya memiliki konsep yang bersinergi dengan media utama. Selain itu terdapat brochure yang fungsinya berkomplementer dengan media media lainnya.

III.3.2.4 Kepada siapa ? (Whom?)

Target perancangan ini adalah orang yang melakukan olahraga fitness/weight training tetapi memiliki resiko cedera tinggi karena belum memiliki edukasi mengenai olahraga fitness/weight training. Target memiliki rentang usia 19 – 25 tahun, berasal dari berbagai latar belakang pekerjaan dan mencakup pelajar, tergolong SES A,AB. Memiliki akses gadget dan memiliki ketertarikan akan trend yang ada salah satunya trend olahraga fitness.

III.3.2.5 Dengan efek apa? (Which effect?)

Dengan adanya media yang dapat mengkomunikasikan teknik weight training maka target akan mengetahui dan berkesempatan secara langsung untuk mempraktikkan panduan mengenai teknik weight training tersebut disaat berolahraga weight training sehingga resiko cedera yang dialami oleh target dapat diminimalisir.

III.3.3 Strategi Media

III.3.3.1 Fakta Kunci

- a. Banyak orang yang berolahraga weight training memiliki resiko cedera yang tinggi karena tidak memiliki pengertian mengenai teknik weight training yang benar.
- b. Hal ini disebabkan karena tidak adanya motivasi bagi khalayak tersebut untuk mencari tahu mengenai teknik weight training yang disebabkan oleh kekeliruan motivasi mereka dalam berolahraga yaitu hanya karena mengikuti trend. Hal ini menyebabkan banyak media menjadi tidak efektif dalam mencapai target khalayak. Sehingga dibutuhkan sebuah guide yang dapat diaplikasikan pada media yang ideal dalam mencapai target khalayak.

III.3.3.2 The Big Idea

Visual Guide yang berisikan guideline teknik olahraga weight training yang dapat diaplikasikan pada fitness centre/ gym sehingga target dapat memahami dan mempraktikkan secara langsung teknik olahraga weight training.

1. Sebuah media yang berbeda dari media yang sudah ada karena dapat dengan ideal diaplikasikan pada satu satunya tempat dan waktu dimana target khalayak membutuhkan informasi tersebut yaitu pada fitness centre/ gym sehingga target khalayak dapat mempraktikkan secara langsung informasi yang disampaikan.
2. tidak bergantung dengan inisiatif/ motivasi target khalayak agar media dapat efektif karena dapat diletakan pada lokasi yang selalu dikunjungi oleh target khalayak. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengatasi masalah yang ada sebelumnya yaitu media yang tidak dapat mencapai target khalayak kurangnya motivasi pada target khalayak.

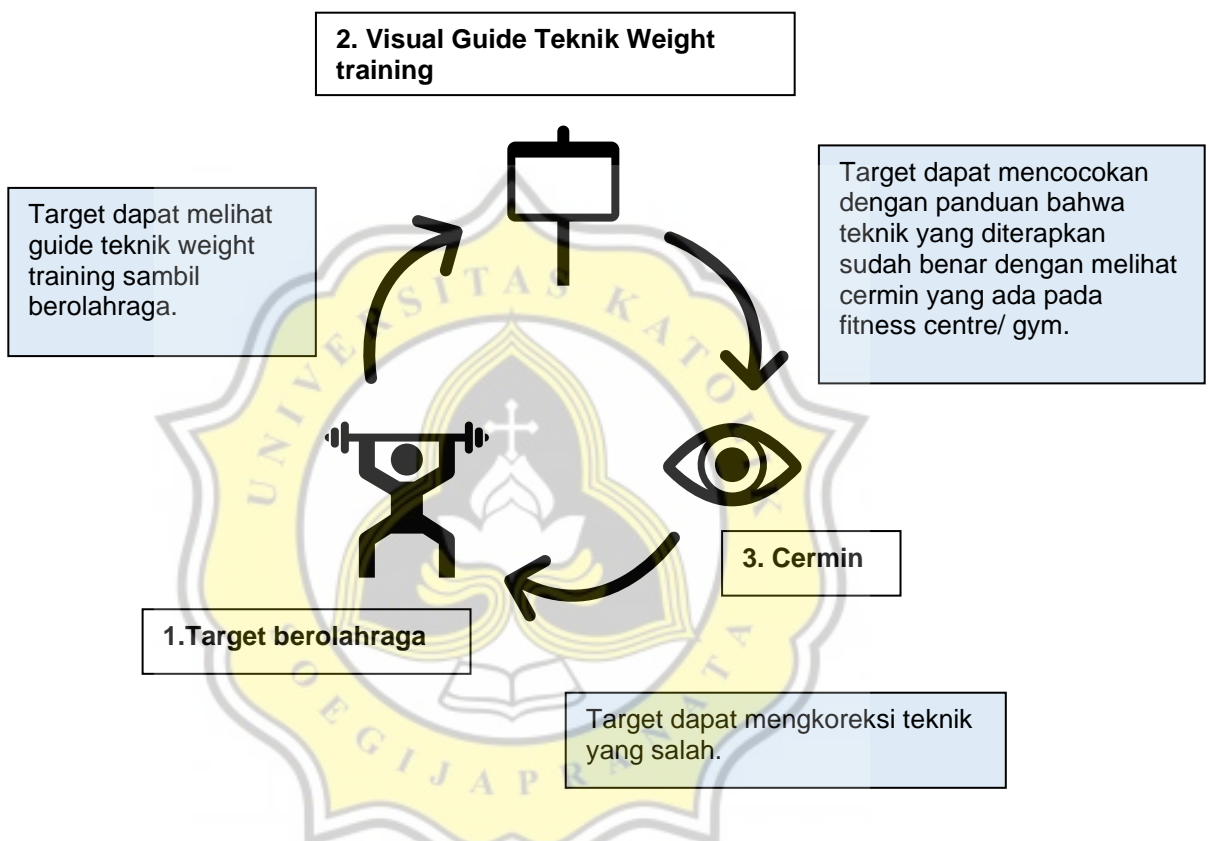
III.3.3.3 Media Utama

Media roll up banner dipilih karena ideal untuk diaplikasikan pada lokasi fitness centre/ gym karena

1. kepraktisanya, portability dan dimensinya yang tidak memakan banyak ruangan sehingga tidak mengganggu aktivitas olahraga yang dilakukan.

2. Roll up banner juga tidak mudah rusak apabila tersenggol orang yang berolahraga
3. Fungsional, dapat digunakan untuk mendisplay visual dengan ukuran yang cukup besar sehingga orang yang berolahraga dapat dengan mudah membaca informasi yang ada sambil melakukan aktivitas olahraga.

III.3.3.4 Workflow



Gambar III.3.3.4 Workflow

Konsep media berhubungan dengan workflow yang akan digunakan berkomplementer dengan cermin yang wajib ada pada fasilitas fitness centre/ gym sehingga orang yang sedang berolahraga dapat mencocokkan menggunakan cermin dan panduan visual yang digunakan apakah teknik olahraga yang mereka lakukan sudah semestinya .

III.3.3.5 Media Pendukung

III.3.3.5.1 Tank-top

Diperuntukan untuk personal trainer pada fitness centre dimana media utama diletakan. Fungsinya adalah sebagai pendukung media utama yaitu memberikan indikasi yang jelas pada target apabila ingin bertanya mengenai konten teknik olahraga yang ada pada media utama. Target akan dapat dengan mudah mengenali pada siapa mereka harus bertanya melalui seragam tank top yang digunakan oleh para personal trainer. Hal ini juga akan menguntungkan para personal trainer karena memperluas jaringan mereka yang akan berimbas baik pada profesi mereka.

III.3.3.5.2 Protein Shaker

Merupakan sebuah merchandise yang didapatkan oleh target audiens saat mereka mendaftarkan membership pada fitness centre tersebut. Mempunyai fungsi sebagai pengingat dalam bentuk objek yang akan selalu dibutuhkan oleh orang yang berolahraga gym, sehingga selama target rutin berolahraga maka target akan selalu menggunakan merchandise tersebut, dan selama target rutin menggunakan merchandise tersebut target akan selalu dapat dengan mudah mengakses QR code yang ada pada merchandise tersebut yang berisi konten dari media utama. Tujuan dari media pendukung ini adalah sebagai pengingat apabila target memutuskan untuk berpindah tempat olahraga ke fitness centre lain, sehingga meskipun target tidak memiliki kontak langsung dengan media utama target dapat tetap mengakses informasi yang ada pada media utama tersebut melalui media pendukung ini.

III.3.3.5.3 Broschure

Broschure digunakan sebagai media pendukung untuk memuat informasi yang meskipun penting tetapi akan kurang ideal apabila diletakan pada media utama seperti informasi mengenai sumber informasi penulisan, petunjuk penggunaan media utama dan alasan perancangan. Broschure akan diletakan pada meja resepsi fitness centre dengan tujuan setelah target menggunakan media utama, target dapat mendapatkan penjelasan melalui brochure yang dapat dilihat dengan mudah pada meja resepsi fitness centre.

III.3.4 Strategi Desain

III.3.4.1 Tone and Manner

Menampilkan visual yang sesuai dengan gaya hidup pengunjung fitness centre. Tampilan visual akan berdasarkan pada kesan sporty dan aktif tetapi tetap terkesan elegan dan modern yang didapat melalui simplicity dan functionality. Menggunakan warna warna dinamis yang mencerminkan gaya hidup dinamis dari target khalayak

III.3.4.2 Strategi Verbal

Gaya bahasa yang digunakan akan bersifat informal dan menggunakan bahasa Indonesia dan istilah fitness/ olahraga dalam bahasa inggris yang akrab digunakan oleh target khalayak. Elemen verbal yang digunakan akan berbentuk kata kata singkat yang mudah dipahami, hal ini didasarkan atas tujuan untuk mengoptimalkan pesan yang akan disampaikan sehubungan dengan situasi tempat olahraga.

III.3.4.3 Strategi Visual

Ilustrasi Vector

Panduan mengenai teknik weight training paling ideal dikomunikasikan melalui media visual sehingga ilustrasi merupakan salah satu poin penting dalam perancangan ini. Sehingga ilustrasi yang digunakan harus bersifat fungsional dan juga menarik secara estetis. Ilustrasi yang akan digunakan adalah berjenis vector illustration dengan karakteristik:

1. Bersifat simple dan jelas sehingga dapat menyederhanakan informasi visual teknik weight training kedalam sebuah visual yang lebih sederhana dan mudah dipahami. Termasuk menggambarkan anatomi manusia secara objektif.
2. dapat secara akurat mengkomunikasikan teknik weight training, yaitu bagaimana form dan posisi tubuh yang semestinya.

3. bersifat menarik dan mudah diterima oleh target khalayak, karena khalayak sudah familiar dengan jenis ilustrasi berbasis vector yang memiliki kesan:
 - a. Modern, elegan, simple dan bersih
 - b. Menggunakan warna dinamis
 - c. Jelas dan mudah dimengerti
4. Ilustrasi vector digunakan dengan tujuan untuk menghasilkan elemen desain yang bersifat anonim. Sehingga meskipun menggambarkan visual orang yang sedang berolahraga dengan teknik yang benar, visual tersebut menyiratkan arti bahwa setiap orang dapat melakukan olahraga dengan benar.

Warna

Warna dominan yang digunakan akan menggunakan harmoni warna dyad dengan konsep mengedepankan fungsionalitas melalui efek kontras harmoni warna dyad sehingga informasi yang ada dapat secara mudah dibaca dan bersifat fungsional.

Pada karya desain ini akan digunakan dua jenis warna utama yaitu warna oranye yang dapat mengesankan kemajuan, semangat, energi dan perkembangan. Untuk mewakili aspek olahraga pada tema yang diangkat. Selain itu juga akan digunakan warna biru untuk mengutarakan kebenaran, ketenangan, keteguhan yang mewakili pemahaman benar akan teknik olahraga fitness/ weight training. Selain itu kedua warna tersebut dipilih karena kombinasi kedua warna tersebut akan menciptakan kombinasi yang kontras sehingga desain yang dihasilkan akan bersifat fungsional dengan kondisi yang ada. Selain kedua warna tersebut juga akan digunakan warna pendukung yang bersifat netral untuk elemen pendukung pada desain.

Layout

Penataan dan komposisi layout akan dirancang sehingga dapat dengan ideal menonjolkan elemen visual seperti ilustrasi dan icon sebagai focal point dari desain yang dirancang dan sesuai dengan konsep yaitu menjelaskan informasi teknik weight training melalui pendekatan visual.

Tujuannya adalah menghasilkan layout yang dapat dengan nyaman dibaca dalam jarak tertentu terkait dengan penggunaan panduan yang dapat digunakan oleh target saat berolahraga.

Tipografi

Dalam menjelaskan konten yang ada diperlukan elemen tipografi dalam bentuk penjelasan singkat yang terdiri dari beberapa kata sebagai arahan verbal yang konsepnya sebagai pendukung dari elemen visual yang ada. Jenis tipografi yang digunakan akan menggunakan jenis sans serif dan impact sehingga dapat memaksimalkan clarity, readability dan legibility sehubungan dengan jarak baca yang perlu mempertimbangkan jarak yang nyaman dalam berolahraga

III.4 Budget



No.	Kebutuhan	Harga
1	Roll up Banner x 6 pcs	Rp. 1.320.000
2	Brosur x 100 pcs	Rp. 250.000
3	Tank top x 10 pcs	Rp. 1.420.000
4	Protein Shaker x 100 pcs	Rp. 1.000.000
	Total	Rp. 1.570.000

Tabel III.4 Budget

III.5 Operasionalisasi Teori

III.5.1 Teori olahraga

Dalam merancang sebuah infografis yang memiliki konten mengenai teknik olahraga maka penulis membutuhkan pengertian dan pengetahuan mengenai bidang tersebut. Pada perancangan ini penulis menggunakan teori olahraga yang mencakup pengetahuan dasar sampai pengertian dan keilmuan mengenai fitness dan weight training. Penulis juga menggunakan karya literatur seperti *The Insider's Tell-All Handbook on Weight-Training Technique* dan *Beyond Brawn: The Insider's Encyclopedia on How to Build Muscle and Might* sebagai referensi dalam merancang konten yang akan dibuat.

III.5.2 Teori DKV

III.5.2.1 Unsur desain grafis

Teori ini akan digunakan sebagai pengertian dan pengetahuan dasar yang diperlukan dalam merancang sebuah karya desain grafis. Informasi yang ada pada teori ini akan digunakan bersamaan dengan teori desain lainnya yang digunakan pada perancangan ini.

III.5.2.2 Prinsip desain grafis

1. Unity
2. Emphasis
3. Focal Point
4. Proporsi/Skala
5. Balance
6. Rhythm
7. Layout

Teori mengenai prinsip desain grafis akan dijadikan panduan dalam mengolah elemen grafis yang ada pada desain. Mulai dari hal apa saja yang harus diperhatikan sehingga hasil desain dapat sesuai dengan konsep yang ada sampai bagaimana mengeksekusi konsep tersebut.

III.5.2.3 Typography

Sebagai dasar mengambil keputusan dalam memilih font dan penggunaannya dalam desain yang dirancang.

III.5.2.4 Ilustrasi

Dasar pemahaman akan tujuan dan fungsi sebuah ilustrasi, sehingga penulis dapat menentukan keputusan desain yang bertujuan untuk memenuhi tujuan tersebut sesuai dengan konsep perancangan.

III.5.2.5 Semiotika

Dalam mendesain icon dan tanda yang akan digunakan sebagai elemen desain, penulis menggunakan teori semiotika sebagai dasar pemikiran.

III.5.2.6 Warna & Harmoni Warna

Pengetahuan akan teori warna dan harmoni warna akan digunakan sebagai dasar pemilihan warna sehingga dapat sesuai dengan konsep yang ada.

III.5.3 Teori Komunikasi

III.5.3.1 Lasswell model of communication

Teori ini digunakan sebagai acuan dalam membuat creative brief, tujuannya adalah menganalisa masalah yang dihadapi sehingga penulis sebagai desainer dapat menghasilkan solusi desain yang tepat sesuai dengan permasalahan yang diangkat.

Teori ini juga akan digunakan sebagai referensi dari workflow pada media utama karena akan melibatkan timbal balik atau reaksi secara langsung dari target akan media yang dirancang.

