

SKRIPSI
PERANCANGAN VISUAL APLIKASI UNTUK MEMBANTU MENJAGA
KESEIMBANGAN GIZI TUBUH MELALUI POLA MAKAN
FLEXITARIAN



YOGA VALLIANT HADIWIDJAJA PUTRA

NIM : 17.L1.0048

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

FAKULTAS ARSITEKTUR DAN DESAIN

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2021

SKRIPSI
PERANCANGAN VISUAL APLIKASI UNTUK MEMBANTU MENJAGA
KESEIMBANGAN GIZI TUBUH MELALUI POLA MAKAN
FLEXITARIAN

Diajukan dalam Rangka Memenuhi

Salah Satu Syarat Memperoleh

Gelar S.Ds



YOGA VALLIANT HADIWIDJAJA PUTRA

NIM : 17.L1.0048

PROGRAM STUDI DESAIN KOMUNIKASI VISUAL

FAKULTAS ARSITEKTUR DAN DESAIN

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2021

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

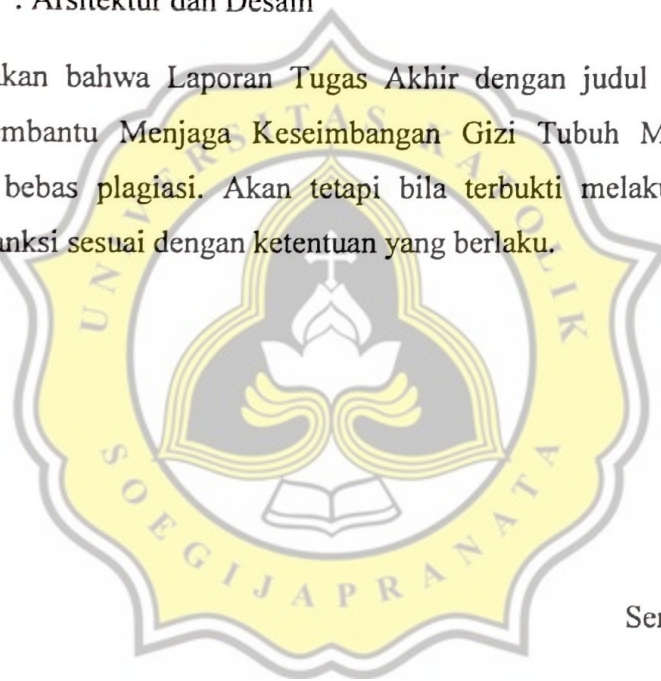
Nama : Yoga Valliant Hadiwidjaja Putra

NIM : 17.L1.0048

Progdi / Konsentrasi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Arsitektur dan Desain

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul Perancangan Visual Aplikasi Untuk Membantu Menjaga Keseimbangan Gizi Tubuh Melalui Pola Makan Flexitarian tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



Semarang, 21 Juli 2021

Yang menyatakan,



Yoga Valliant H.P.

HALAMAN PENGESAHAN



Judul Tugas Akhir: : Perancangan Visual Aplikasi Untuk Membantu Menjaga
Keseimbangan Gizi Tubuh Melalui Pola Makan Flexitarian

Diajukan oleh : Yoga Valliant Hp

NIM : 17.L1.0048

Tanggal disetujui : 06 Juli 2021

Telah setuju oleh

Pembimbing : Louis Cahyo Kumolo Buntaran S.Ds., M.M.

Penguji 1 : Agustinus Dicky Prastomo SIP., M.A.

Penguji 2 : Arwin Purnama Jati S.Sn., MA

Ketua Program Studi : Bayu Widianoro S.T., M.Sn

Dekan : Dr. Dra. B. Tyas Susanti M.A.

Halaman ini merupakan halaman yang sah dan dapat diverifikasi melalui alamat di bawah ini.

sintak.unika.ac.id/skripsi/verifikasi/?id=17.L1.0048

HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yoga Valliant Hadiwidjaja Putra

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Fakultas : Arsitektur dan Desain

Jenis Karya : Media Interaktif

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Perancangan Visual Aplikasi Untuk Membantu Menjaga Keseimbangan Gizi Tubuh Melalui Pola Makan Flexitarian” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 21 Juli 2021

Yang menyatakan



Yoga Valliant H.P.

PRAKATA

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga penulis dapat menyelesaikan perancangan Tugas Akhir yang berjudul “Perancangan Visual Aplikasi Untuk Membantu Menjaga Keseimbangan Gizi Tubuh Melalui Pola Makan Flexitarian” dengan baik dan maksimal sesuai dengan kurun waktu yang telah ditentukan. Proses pembuatan laporan dan perancangan ini dapat diselesaikan dengan benar dikarenakan banyaknya bantuan yang diterima penulis dari berbagai pihak, maka dari itu dalam kesempatan kali ini penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Louis Cahyo Kumolo S.Ds, M.M ,sebagai dosen pembimbing penulis selama pengerjaan tugas akhir, atas kritik, saran, dan bimbingannya yang sangat membantu penulis untuk dapat menghasilkan karya perancangan yang maksimal.
2. Anggota keluarga penulis yang memberikan dukungan dan dorongan yang tidak terbatas kepada penulis dalam penulisan laporan dan pembuatan rancangan tugas akhir ini.
3. Teman – teman terdekat penulis yang terus mendukung dan memberikan semangat kepada penulis dalam pembuatan tugas akhir ini.

Hasil laporan dan perancangan ini tentu masih jauh dari kata sempurna, masih banyak aspek – aspek dari perancangan ini yang dapat dikembangkan lebih jauh dan lebih baik lagi. Dengan kritik dan saran diharapkan diharapkan dapat berkembang dengan lebih baik dan bermanfaat bagi pembaca yang membutuhkannya. Sekian, terima kasih.

Semarang, 21 Juli 2021



Yoga Valliant H.P.

ABSTRAK

Kesehatan tubuh adalah sesuatu yang sangat penting dalam kehidupan manusia, untuk menjaga kesehatan tubuh sangatlah diperlukan untuk memperhatikan dan menjaga keseimbangan gizi dalam tubuh. Banyak sekali ditemukan penyakit – penyakit yang disebabkan oleh gizi tubuh yang tidak seimbang terus meningkat dari tahun ke tahun, seperti obesitas, penyakit tulang, dan penyakit jantung. Salah satu penyebab utama dari gizi yang tidak seimbang adalah pola makan yang tidak teratur, bahan makanan terbagi dalam dua kategori yaitu bahan pangan nabati dan hewani. Konsumsi salah satu jenis bahan makanan yang berlebihan dan tidak teratur dapat menyebabkan tubuh kekurangan gizi tertentu, maka dari itu diperlukan pola makan yang lebih seimbang yang menggunakan kedua jenis bahan pangan. Untuk mencapai hal tersebut perancangan ini mengaplikasikan pola makan Flexitarian yang dapat memberikan kadar gizi tubuh yang lebih seimbang dalam media perancangan aplikasi. Aplikasi yang dirancang menyediakan informasi detail akan kadar gizi tubuh pengguna dan juga cara pengguna dapat memperbaiki kadar gizi dalam tubuh pengguna melalui pengaturan pola makan sehari – harinya dengan menggunakan berbagai jenis menu makanan Flexitarian.

Kata kunci: flexitarian, diet, gizi, standard gizi seimbang, pola makan

ABSTRACT

Health is one of the most important thing in someone's life, to preserve health we need to pay intention on keeping watch over the nutritional balance in our body. Many cases about people suffering from diseases caused by unbalanced nutrition keeps on rising every year was found such as obesity, bone diseases, and heart diseases. One of the main cause of unbalanced nutrition is an improper diet or eating habit, food ingredients are divided into two categories which is plant-based and animal-based ingredients. An overconsumption of either one could cause malnutrition of certain nutrients and makes the body sick, that is why we need a more balanced type of diet that uses both types of food ingredients. For that purpose this project utilize a new type of diet called Flexitarian Diet that can provide the body with a more balanced nutrition in the form of a smartphone app. This smartphone app provides detailed information about the user's nutritional condition and also a way for them to fix their unbalanced nutrition through daily planning their diet using many different kinds of Flexitarian menu.

Keyword : flexitarian, diet, nutrition, balanced nutritional standards, eating habit

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
PRAKATA.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Permasalahan.....	3
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Perancangan.....	4
1.6 Manfaat Perancangan.....	4
1.7 Metode Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN UMUM.....	8
2.1 Tinjauan Pustaka.....	8
2.2 Kerangka Berpikir.....	9
2.3 Komparasi Desain.....	10
2.4 Landasan Teori.....	13
BAB III STRATEGI KOMUNIKASI.....	17
3.1 Analisis Data.....	17
3.2 Sasaran Khalayak.....	29
3.3 Unique Selling Proposition.....	29
3.4 Strategi Komunikasi.....	30

3.5	Strategi Media	31
3.6	Strategi Kreatif.....	33
3.7	Perencanaan Biaya Kreatif	33
BAB IV KONSEP DESAIN		34
4.1	Konsep Verbal.....	34
4.2	Konsep Visual.....	35
4.3	Visualisasi Desain.....	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		49
5.1	Kesimpulan.....	49
5.2	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA.....		51
LAMPIRAN.....		54



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	9
Gambar 2.2 Komparasi Desain Perancangan Aplikasi Penentuan Status Gizi Remaja	10
Gambar 2.3 Komparasi Desain Perancangan Aplikasi Panduan Gizi Seimbang.....	11
Gambar 2.4 Komparasi Desain Aplikasi Calorie Counter by FatSecret	12
Gambar 3.1 Riset Pengguna Smartphone di Indonesia	18
Gambar 3.2 Riset Pengguna Smartphone di Indonesia Berdasarkan Usia	19
Gambar 3.3 Akibat Kadar Gizi Tidak Seimbang.....	19
Gambar 3.4 Kandungan Gizi Dari Bahan Nabati 1	20
Gambar 3.5 Kandungan Gizi Dari Bahan Nabati 2	21
Gambar 3.6 Tabel Komposisi Nutrisi Daging Sapi, Domba, dan Babi	22
Gambar 3.7 Tabel Komposisi Nutrisi Daging Berdasarkan Bagian Daging.....	22
Gambar 3.8 Tabel Komposisi Kimia Daging Unggas.....	22
Gambar 3.9 Tabel Standard Gizi Seimbang 1.....	23
Gambar 3.10 Tabel Standard Gizi Seimbang 2.....	23
Gambar 3.11 Tabel Standard Gizi Seimbang 3.....	24
Gambar 3.12 Hasil Kuisisioner 1.....	24
Gambar 3.13 Hasil Kuisisioner 2.....	25
Gambar 3.14 Hasil Kuisisioner 3.....	25
Gambar 3.15 Hasil Kuisisioner 4.....	25
Gambar 3.16 Hasil Kuisisioner 5.....	26
Gambar 3.17 Hasil Kuisisioner 6.....	26
Gambar 3.18 Hasil Kuisisioner 7.....	26
Gambar 3.19 Hasil Kuisisioner 8.....	27
Gambar 3.20 Hasil Kuisisioner 9.....	27
Gambar 3.21 Hasil Kuisisioner 10.....	27
Gambar 3.22 Hasil Kuisisioner 11.....	28
Gambar 3.23 Hasil Kuisisioner 12.....	28
Gambar 3.24 Hasil Kuisisioner 13.....	29
Gambar 4.1 Workflow Aplikasi	35
Gambar 4.2 Palet Warna.....	35
Gambar 4.3 Desain Logo	36
Gambar 4.4 Desain Splash Screen.....	36
Gambar 4.5 Desain Log In / Sign Up Screen.....	37
Gambar 4.6 Desain Sign Up Screen.....	38
Gambar 4.7 Desain Log In Screen	38
Gambar 4.8 Desain Data Collection Screen	39
Gambar 4.9 Desain Home Page	40
Gambar 4.10 Desain Menu Bar.....	41
Gambar 4.11 Desain Account Management.....	42
Gambar 4.12 Desain Language Management.....	42
Gambar 4.13 Desain Fitur "Healthy Body".....	43
Gambar 4.14 Desain Fitur "Body Condition"	44
Gambar 4.15 Desain Fitur "How To Fix"	45
Gambar 4.16 Desain Search Recipe	46
Gambar 4.17 Desain Saved Recipe	47
Gambar 4.18 Desain Fitur "Reminder"	47

Gambar 4.19 Desain Media Pendukung Instagram	48
Gambar Lampiran 1 : Thumbnail Splashscreen	54
Gambar Lampiran 2 :Tight Issue Splashscreen	54
Gambar Lampiran 3 :Thumbnail Log In / Sign Up Screen	54
Gambar Lampiran 4 :Tight Issue Log In / Sign Up Screen	55
Gambar Lampiran 5 :Thumbnail Sign Up Screen	55
Gambar Lampiran 6 :Tight Issue Sign Up Screen	55
Gambar Lampiran 7 :Thumbnail Log In Screen.....	55
Gambar Lampiran 8 :Tight Issue Log In Screen.....	56
Gambar Lampiran 9 :Thumbnail Data Collection Screen 1	56
Gambar Lampiran 10 :Tight Issue Data Collection Screen 1	56
Gambar Lampiran 11 :Thumbnail Data Collection Screen 2	57
Gambar Lampiran 12 :Tight Issue Data Collection Screen 2	57
Gambar Lampiran 13 :Thumbnail Homepage.....	57
Gambar Lampiran 14 :Tight Issue Homepage.....	58
Gambar Lampiran 15 :Thumbnail Menu Bar	58
Gambar Lampiran 16 :Tight Issue Menu Bar	58
Gambar Lampiran 17 :Thumbnail Account Management	59
Gambar Lampiran 18 :Thumbnail Language Management	59
Gambar Lampiran 19 :Thumbnail Fitur “Healthy Body”	59
Gambar Lampiran 20 :Tight Issue Fitur “Healthy Body”	60
Gambar Lampiran 21 :Thumbnail Fitur “Body Condition”	60
Gambar Lampiran 22 :Tight Issue Fitur “Body Condition”	60
Gambar Lampiran 23 :Thumbnail Fitur “How To Fix”	61
Gambar Lampiran 24 :Tight Issue Fitur “How To Fix”	61
Gambar Lampiran 25 :Thumbnail Search Recipe.....	61
Gambar Lampiran 26 :Tight Issue Search Recipe.....	62
Gambar Lampiran 27 :Thumbnail Saved Recipe	62
Gambar Lampiran 28 :Tight Issue Saved Recipe	62
Gambar Lampiran 29 :Thumbnail Fitur Reminder 1	63
Gambar Lampiran 30 :Thumbnail Fitur Reminder 2	63
Gambar Lampiran 31 :Thumbnail Logo.....	63
Gambar Lampiran 32 :Tight Issue Logo.....	63