



Perancangan *Storyboard Motion Graphic* Edukasi Hidup Sehat Cegah Obesitas Anak bagi Generasi Milenial

Annisa Eka Puteri^{1*}, Pungky Febi Arifianto², Mahimma Romadhona³

¹⁻³ Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Arsitektur dan Desain, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur, Indonesia

Email: annisa01.aep@gmail.com¹, pungkyarifianto.dkv@upnjatim.ac.id²

*Penulis Korespondensi: annisa01.aep@gmail.com

Abstract. *Health is something greatly desired by everyone. In today's modern society, the lifestyle adopted tends to favor instant gratification because it's considered more practical, leading to a sense of laziness. This causes health issues, one of the urgent issues nowadays being obesity in children. The biggest cause of obesity in children is poor eating behavior and lack of physical activity practiced by parents, especially millennials. Therefore, this video motion is created to develop a storyboard used as a reference for educational motion graphics to motivate millennial parents to implement a healthy lifestyle for their children to prevent early obesity. The method used in this research is quantitative and qualitative with a qualitative descriptive approach. The data obtained is then developed to form a script that will be used as a reference in creating the storyboard. The result of the storyboard design will contain information on understanding obesity, factors supporting obesity in children, impacts, and prevention methods with practical guidance that can be directly applied in daily life through thumbnail, rough pass, and clean up stages. The storyboard design used as a reference for the educational motion graphic video is hopefully able to provide knowledge and information to millennial parents to care about their children's lifestyle to prevent early obesity.*

Keyword: Child; Millennials; Motion Graphic; Obesity; Storyboard.

Abstrak. Kesehatan merupakan hal yang banyak didambakan oleh seluruh orang. Dalam masyarakat modern saat ini, gaya hidup yang diadaptasi cenderung melakukan segala hal serba instan karena dinilai lebih praktis sehingga menimbulkan rasa malas. Hal tersebut menyebabkan permasalahan kesehatan, salah satu yang menjadi permasalahan genting pada masa sekarang adalah obesitas pada usia anak-anak. Penyebab terbesar obesitas pada anak adalah perilaku makan kurang baik dan minimnya aktivitas fisik yang diterapkan oleh orang tua, khususnya generasi milenial. Sehingga, perancangan ini dibuat untuk menciptakan sebuah *storyboard* yang digunakan sebagai acuan video *motion graphic* edukasi untuk memotivasi orang tua milenial agar menerapkan pola hidup sehat pada anak mereka untuk mencegah terjadinya obesitas dini. Perancangan ini menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif melalui pendekatan deskriptif kualitatif. Data yang sudah didapatkan selanjutnya dikembangkan hingga membentuk naskah cerita yang akan digunakan sebagai acuan dalam pembuatan *storyboard*. Hasil perancangan *storyboard* nantinya akan berisikan informasi pengertian obesitas, faktor yang membuat obesitas terjadi pada anak, dampak, dan kiat pencegahan dengan panduan praktis yang bisa langsung diterapkan dalam keseharian dengan melalui tahapan *thumbnail*, *rough pass*, dan *clean up*. Perancangan *storyboard* yang digunakan sebagai acuan video *motion graphic* edukasi tersebut diharapkan dapat memberikan pengetahuan serta informasi kepada orang tua milenial agar peduli terhadap pola hidup anak mereka untuk mencegah terjadinya obesitas dini.

Kata Kunci: Anak; Milenial; Motion Graphic; Obesitas; Storyboard.

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan hal yang banyak didambakan oleh seluruh orang. Memiliki tubuh dengan kondisi yang sehat merupakan faktor penting yang mendukung seluruh aktivitas yang akan dilakukan. Perlunya menerapkan pola hidup sehat tentunya dapat mencegah dari berbagai risiko gangguan kesehatan. Pola hidup sehat merupakan sebuah kebiasaan hidup yang dapat dilihat dari berbagai segi aspek serta kondisi yang mempengaruhi kesehatan seseorang. Pola hidup sehat dapat diartikan sebagai sebuah kebiasaan berlangsungnya hidup dimana mental,

fisik, maupun kesejahteraan sosial terpelihara secara seimbang tidak hanya terbebas dari penyakit tetapi juga terhindar dari resiko kematian dini.

Pada masyarakat modern saat ini dengan maraknya kemajuan pada era globalisasi, perubahan gaya hidup yang diadaptasi oleh masyarakat yang cenderung melakukan segala sesuatu secara instan yang menimbulkan rasa malas sehingga membuat kualitas kesehatan menjadi menurun (Rizkiyah et al., 2022). Kebiasaan yang diadaptasi tersebut menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan, salah satu permasalahan kesehatan yang perlu menjadi perhatian pada masa sekarang adalah obesitas pada anak-anak. Permasalahan gizi seperti obesitas pada anak ini dapat menimbulkan efek samping terganggunya tumbuh kembang anak yang nantinya baru akan terasa pada saat anak itu sudah memasuki masa dewasa. Pada saat ini, penyebab terbesar obesitas pada anak adalah perilaku makan kurang baik yang diterapkan oleh orang tua (Agustina et al., 2019). Khususnya para orang tua dari generasi milenial.

Milenial termasuk generasi dengan kelompok usia yang lahir direntang tahun 1980 sampai awal 2000-an (Kotz, 2016). Generasi milenial yang biasa disebut generasi Y adalah keturunan yang mempunyai keakraban dengan kemajuan teknologi (Putra, 2016). Generasi milenial memiliki karakteristik yang terkesan cenderung lebih individualis, mereka banyak memberikan fokus pada nilai-nilai materialis dan kurang peduli terhadap permasalahan yang genting di sekitarnya (Kinanti, 2019). Sehingga, banyak orang tua zaman sekarang yang berasal dari generasi milenial sering kali sibuk dengan berbagai pekerjaan dan kegiatan sehari-hari sehingga cenderung enggan untuk menyediakan makanan yang dibuat sendiri (*homemade*) untuk anak-anak mereka. Sebagai gantinya, orang tua lebih memilih mengasahi makanan siap saji atau *junk food* kepada anak-anak mereka, sehingga membuat anak seringkali salah dalam memilih makanan, terutama saat tidak adanya pengawasan dan arahan yang benar dari orang tua dalam pemilihan makanan yang seharusnya dikonsumsi.

Berdasarkan hal tersebut, tingkat wawasan dan pengetahuan yang dipunya oleh orang tua terutama ibu menjadi hal penting dan dibutuhkan. Melalui pendidikan yang dimiliki oleh orang tua merupakan sebuah kebutuhan dasar yang sangat penting dalam menunjang keberlangsungan ekonomi keluarga baik dalam menyusun makanan, pengasuhan, serta perawatan anak. Pengetahuan dalam mengelola keberlangsungan ekonomi keluarga dari pola yang diterapkan dalam mengasuh anak, juga mempengaruhi terjadinya obesitas kepada anak. Selain orang tua yang membiasakan anak menyantap makanan yang kurang sehat, pengaruh yang didapat dari lingkungan memiliki andil besar, terkadang ada beberapa yang mempunyai ketakutan terhadap anak mereka akan terluka saat bermain di luar lingkungan rumah dengan tidak ada pengawasan dikarenakan keamanan yang tidak terjamin hingga berujung orang tua

tidak memberi izin anak mereka bermain di luar lingkungan rumah. Akhirnya selagi orang tua sedang melakukan kesibukan, anak disarankan bermain di dalam rumah dengan pemberian berbagai akomodasi seperti TV, gadget, dan video *games* sebagai obat kejenuhan saat berada di rumah (Anita et al., 2021). Fasilitas kecanggihan teknologi yang diberikan menyebabkan anak lebih sering terpaku di depan TV, gadget, dan video *games* sehingga menyebabkan anak kurang melakukan olah tubuh. Padahal kegiatan tersebut hanya akan menghilangkan kalori sangat sedikit, bahkan bisa jadi menimbun kalori dengan total yang lebih banyak lagi karena pemberian jajanan untuk menemani menonton.

Obesitas termasuk dalam kelainan pada tubuh dicirikan adanya penimbunan lemak dengan jumlah berlebihan umumnya tertimbun dalam jaringan bawah kulit (Sajawandi, 2015). Obesitas memiliki julukan *The New World Syndrome* karena telah menjadi epidemi global di seluruh dunia dengan total yang terjangkit semakin tinggi di segala tempat. Dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022, didapatkan data bahwa obesitas usia 5-12 tahun mencapai besaran 10,8% menghadapi kegemukan dan 9,2% menghadapi obesitas. Serta beberapa anak usia 5-12 tahun yang telah terdiagnosa obesitas dikarenakan tidak seimbangnya asupan yang masuk dengan energi yang dikeluarkan (PMK, 2023). Tidak di Indonesia saja, banyak negara maju juga terjadi kenaikan angka obesitas pada usia anak-anak (6-12 tahun) yang mencapai prevalensi yang tinggi contohnya seperti Rusia sebanyak 10%, China sebanyak 3,4%, dan Inggris sejumlah 10-17%, sesuai pada usia dan gender. Pada penelitian beberapa tahun terakhir yang dilaksanakan Malaysia, juga membuktikan prevalensi obesitas mencapai 6,6% dijenjang anak usia 7 tahun serta 13,8% dijenjang anak usia 10 tahun. Sedangkan di negara Jepang, kenaikan jumlah penderita obesitas yang menjangkit usia 6-14 tahun mencapai kisaran angka 5% sampai 11%. Data tersebut memiliki keterlibatan dengan perubahan kebiasaan makan, kemajuan teknologi, dan kebutuhan serta pengadopsian pandangan hidup yang telah bergeser di banyak belahan bumi (Jannah et al., 2018).

Adanya peningkatan angka yang mengalami obesitas dari tahun ke tahun tersebut berisiko menjadikan anak tersebut juga akan mengalami obesitas di masa dewasa pula, diikuti dengan munculnya berbagai dampak penyakit seperti diabetes melitus, gangguan kardiovaskuler pada usia muda bahkan hingga terjadi kematian (CDC, 2022). Hal tersebut didukung dengan masih banyaknya masyarakat yang beranggapan bahwa anak yang memiliki postur tubuh gemuk mencerminkan bahwa anak itu sehat, sehingga sebagian orang tua ada yang merasa besar kepala saat menilik anak mereka yang memiliki bentuk badan gemuk. Banyak pula anggapan obesitas hanya bisa dan akan terjadi pada remaja saja (Kristina et al., 2020).

Pemerintah telah melakukan beberapa upaya yang bersifat strategis dalam pencegahan terjadinya obesitas melalui sebuah program kesehatan yaitu GERMAS. GERMAS adalah Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan masyarakat yang kurang sehat. GERMAS dilakukan melalui tindakan CERDIK (Cek rutin kesehatan secara berkala, Enyahkan rokok, Rutin melakukan aktivitas fisik, Diet makanan dengan nutrisi seimbang terutama mengkonsumsi sayur dan buah, Istirahat yang cukup dan Kelola stress) (Kemenkes RI, 2021). Dengan adanya program pemerintahan mengenai budaya hidup sehat untuk masyarakat Indonesia telah menjadi sebuah upaya yang cukup baik dalam mencegah pelonjakan angka penderita obesitas di Indonesia. Akan tetapi dalam penerapan programnya masih kurang maksimal, karena masyarakat belum terbekali secara keseluruhan sehingga menyebabkan pertentangan pada pola pemikiran masyarakat. Sehingga, di masa sekarang banyak generasi milenial yang menjadi orang tua baru, masih belum banyak menerapkan pola hidup sehat untuk anak-anak mereka. Tingkat pendidikan mereka yang cukup tinggi tidak sepenuhnya mendukung pemahaman mereka mengenai bahaya *junk food* atau bahan pangan dengan kandungan gula, lemak, dan garam yang sangat berlebihan untuk jangka waktu panjang yang memberikan resiko besar terjadinya obesitas pada anak mereka. Meskipun begitu juga tidak sedikit orang tua milenial sudah menunjukkan kepedulian mereka terhadap masalah ini, namun pengetahuan yang dimiliki mereka terkait hal tersebut seringkali masih kurang karena tingkat kesibukan pekerjaan yang sangat tinggi karena sebenarnya hal tersebut merupakan karakteristik yang dimiliki generasi milenial yang cenderung mengejar nilai-nilai materialis (Kinanti, 2019). Oleh karena itu, perlu adanya penyampaian edukasi dan pemahaman lebih mendalam kepada orang tua milenial agar peduli terhadap pola hidup anak mereka untuk mencegah terjadinya obesitas dini yang mudah dijangkau di era kemajuan teknologi seperti sekarang.

Berdasarkan pemaparan diatas, dibuatlah *storyboard* yang digunakan sebagai acuan utama dalam pembuatan video edukasi dengan teknik *motion graphic* mengenai panduan pola hidup sehat untuk mencegah kenaikan angka obesitas anak yang ditujukan kepada orang tua milenial. *Storyboard* adalah bentuk ilustrasi gambaran kasar yang dipergunakan sebagai alat perencanaan dengan tujuan menjabarkan secara nyata rangkaian gerak laku dari sebuah kisah yang sedang terjadi. Pada pembuatan *storyboard*, *scene* akan dibuat ke dalam bentuk gambar yang di dalamnya akan ditambahkan perkiraan visual audio, durasi, keterangan, dan narasi untuk suara (Ramdhan et al., 2019). *Storyboard* dipilih karena memiliki fungsi yang dapat menciptakan makna dalam mendeskripsikan gambar agar kaitan pada setiap *draft* gambar dapat

lebih terorganisir ketepatannya saat akan memasuki proses produksi utama sehingga apabila terjadi ketidaksesuaian bisa di analisis dan kemudian diperbaiki (Lim et al., 2022).

2. METODE PENELITIAN

Pengumpulan data pada perancangan meliputi data primer dan data sekunder yang difungsikan untuk mengetahui informasi lebih dalam mengenai objek yang diteliti. Data primer adalah statistik informasi yang diambil peneliti secara terbuka dari lapangan yang melewati sebuah proses tertentu seperti observasi dengan melakukan tinjau secara langsung, wawancara, survei, dan masih banyak lagi (Siregar et al., 2022). Data primer perancangan ini didapatkan melewati proses wawancara dan pengisian angket. Sedangkan data sekunder adalah statistik informasi yang diambil peneliti secara tertutup pada subjek yang diteliti secara eksternal melalui pencarian referensi berupa artikel, jurnal, dan lain lain (Siregar et al., 2022). Data sekunder didapatkan melalui studi kepustakaan yang didapatkan dari literatur buku dan jurnal sebagai informasi tambahan untuk mendalami objek yang diteliti.

Data-data yang telah didapatkan selanjutnya dikaji lebih dalam dengan memanfaatkan teknik analisis deskriptif kualitatif. Hasil data yang telah di analisis selanjutnya akan dikembangkan untuk menentukan visual dan konten yang akan disajikan pada video edukasi sehingga mendapatkan kesesuaian informasi yang akan di sampaikan. Selanjutnya, dibentuklah naskah cerita yang akan digunakan sebagai acuan utama dalam pembuatan *storyboard* video edukasi dengan teknik *motion graphic*. Perancangan *storyboard* melewati tiga tahapan proses perancangan yaitu *thumbnail*, *rough pass*, dan *clean up*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Wawancara

Wawancara adalah metode yang dipakai dalam pengumpulan data yang dilakukan melalui sebuah pertemuan antara dua orang secara langsung dengan interaksi antara peneliti dan partisipan atau responden untuk mendapatkan informasi serta ide lewat sebuah tanya jawab yang dapat disusun ke dalam sebuah makna tertentu pada sebuah topik (Nuralan et al., 2022). Proses wawancara dilakukan bersama dua narasumber. Wawancara pertama dilakukan bersama ahli gizi pada biro layanan konsultangizi.id Nur Elya Adiba S.Gz, untuk mengumpulkan informasi seputar informasi mengenai obesitas anak, penyebab, serta cara mencegah dan mengatasinya. Wawancara kedua dilakukan bersama *motion grapher* Septian

Anom Atmojo, untuk mendapatkan pengetahuan mengenai cara menentukan visual yang sesuai untuk disajikan sebagai media edukasi. Berikut merupakan hasil wawancara bersama ahli gizi:

- a. Obesitas, menurut definisi dari perspektif ahli gizi, merujuk pada kondisi ketika berat badan seseorang melampaui batas normal yang telah ditetapkan. Batasan tersebut didasarkan pada kriteria yang banyak diketahui sebagai *Body Mass Index* (BMI) atau indeks massa tubuh, yang berlaku bagi berbagai kelompok usia mulai dari balita hingga dewasa.
- b. Menurut perspektif teori ahli gizi, dapat dinyatakan bahwa faktor yang paling mencolok terkait obesitas pada anak adalah kurangnya aktivitas fisik sebab keterbatasan ruang rekreasi dan ruang terbuka serta pola makan yang berlebihan. Pola makan tersebut meliputi aspek konsumsi makanan yang bersifat kurang bernutrisi, terutama melibatkan konsumsi makanan cepat saji dan *junk food*, menjadi kontributor utama. Selain itu, beberapa hal yang mendukung terjadinya obesitas anak yang kurang disadari adalah asal-usul genetik dari orang tua yang dapat mempengaruhi kondisi pertumbuhan anak.
- c. Langkah-langkah utama yang dapat diambil oleh orang tua yang memegang peranan penting dalam pencegahan obesitas pada anak adalah komunikasi yang efektif, pengelolaan jenis camilan, dan keterlibatan dalam aktivitas fisik. Orang tua tidak disarankan untuk melakukan pengurangan asupan makanan secara drastis karena anak hingga mencapai masa pubertas, kisaran sampai usia 12 tahun, masih tergolong ke dalam periode pertumbuhan yang masih sangat membutuhkan asupan kalori yang cukup untuk mendukung masa pertumbuhannya.
- d. Hingga saat ini, pemahaman masyarakat mengenai pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan obesitas anak masih terbatas. Sebagian masih beranggapan bahwa postur tubuh gemuk pada anak mencerminkan kesehatan yang baik, bahkan ada yang merasa bangga dan beranggapan bahwa dengan kondisi tersebut terkesan lucu. Keterbatasan pemahaman ini disebabkan oleh kurangnya efektivitas dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat. Media penyuluhan di Indonesia cenderung kurang beragam, seringkali hanya berisi teks tanpa adanya visual sebagai daya tarik untuk menarik perhatian.
- e. Pembuatan media edukasi sebaiknya memaparkan pesan dengan singkat namun tegas, serta memberikan contoh praktis untuk memperjelas konsep yang disampaikan. Konten informasi seharusnya dapat diprioritaskan sesuai dengan panduan terbaru yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan yaitu 10 Pesan Gizi Seimbang, guna memudahkan penerapannya di kalangan masyarakat Indonesia.

Berikut merupakan hasil wawancara bersama motion grapher:

- a. Perkembangan *motion graphic* pada zaman sekarang ini telah merambah seluruh sektor pasar, mengingat pergeseran pasar yang semakin menitikberatkan pada ranah digital.
- b. *Motion graphic* adalah media yang tepat sebagai sarana edukasi karena menggunakan pendekatan multimedia yang mencakup elemen visual, audio, dan teks dalam penyampaian. Kombinasi ini menciptakan presentasi yang tidak hanya menarik dan menyenangkan tetapi juga lebih atraktif secara keseluruhan. Keberagaman elemen yang tercakup dalam *motion graphic* memiliki potensi untuk menangkap perhatian audiens, terutama mereka yang mungkin memiliki tingkat fokus dan daya tangkap informasi yang cenderung rendah terhadap materi edukatif.
- c. Aspek penting yang perlu diperhatikan dalam pembuatan sebuah *motion graphic* edukatif adalah penyampaian alur cerita yang harus diselaraskan dengan elemen visual yang akan dipresentasikan dalam video. Oleh sebab itu, perlu adanya *storyboard* untuk memvisualkan cerita agar proses produksi dapat terlaksana dengan baik.

Kuesioner

Kuesioner adalah metode yang dipakai dalam pengumpulan data dengan memberikan beberapa pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya bertujuan untuk mengetahui variabel terukur dalam sebuah penelitian [17]. Tahapan kuesioner dilakukan dengan menyebarkan angket berupa formulir secara *online* melalui media sosial *whatsapp* dan *instagram* kepada target audiens untuk mendapatkan data dan pendapat generasi milenial selaku orang tua muda. Berdasarkan kuesioner yang telah disebarkan kepada orang tua milenial dengan rentang usia 24-39 tahun melalui sosial media dengan responden sebanyak 100 orang. Hasil data yang didapatkan dari kuesioner sebagai berikut:

- a. Mayoritas responden telah mengetahui apa itu obesitas. Hal itu dapat dilihat dari hasil data kuesioner yang didapatkan, sebanyak 100% responden menjawab 'Ya'. Berdasarkan pemahaman responden, dapat disimpulkan bahwa obesitas adalah suatu keadaan tubuh dengan jumlah bobot tubuh yang berlebihan.
- b. Mayoritas responden telah mengetahui jika obesitas bisa terjadi pada kalangan anak-anak. Hal itu dapat dilihat dari hasil data kuesioner yang didapatkan, sebanyak 94% responden menjawab mengetahui jika obesitas bisa terjadi pada kalangan anak-anak dan 6% responden menjawab tidak mengetahui kalau obesitas bisa terjadi pada kalangan anak-anak.
- c. Dari keseluruhan responden, generasi milenial mayoritas telah mengetahui jika obesitas dapat menghasilkan dampak yang kurang baik untuk anak. Kebanyakan dari responden

mengetahui dampak yang didapatkan adalah membuat peluang terjangkit penyakit tidak menular (seperti jantung koroner, diabetes, hipertensi, dll), mengganggu tumbuh kembang anak, dan membuat anak memiliki gangguan pernapasan. Hal itu dapat dilihat dari hasil data kuesioner yang didapatkan, bahwa sebanyak 94% responden menjawab ya dan 6% menjawab tidak. Dengan persentase jawaban sebanyak 86% membuat peluang terjangkit penyakit tidak menular (seperti jantung koroner, diabetes, hipertensi, dll), 83.2% mengganggu tumbuh kembang anak, 54.7% menyebabkan gangguan pernapasan, 29% menjawab dampak yang dihasilkan adalah menjadikan anak tersebut juga berpotensi mengalami obesitas saat ia bertumbuh dewasa, 28.4% mempengaruhi kesehatan psikologis, 12.6% berpengaruh pada produksi hormon tubuh, dan 20% mengalami permasalahan nyeri sendi.

- d. Mayoritas responden belum banyak yang mengerti aturan pola hidup sehat untuk pencegahan kenaikan angka obesitas anak yang sesuai dengan anjuran terbaru ahli kesehatan (10 pesan gizi seimbang). Hal itu dapat dilihat dari hasil data kuesioner yang didapatkan, bahwa hanya 37.5% responden yang mengetahui aturan pola hidup yang sesuai anjuran ahli kesehatan sedangkan sisanya sebesar 62.5% responden belum mengetahui tentang hal tersebut hal tersebut.

Konsep Verbal

Konsep yang digunakan pada perancangan *storyboard motion graphic* adalah “Edukasi persuasif *enjoyable*” dengan letak *point* penting penyampaian informasi meliputi tentang apa itu obesitas, apa faktor yang membuat obesitas terjadi pada anak, dampak yang dihasilkan, dan kiat pencegahan dengan panduan praktis yang dapat diaplikasikan secara tepat pada keseharian. *Storyboard motion graphic* edukatif ini menggunakan Bahasa Indonesia dengan tata bahasa yang tidak terlalu baku sehingga memberikan kesan santai yang mudah dipahami oleh generasi milenial usia 24 hingga 39 tahun. Judul yang digunakan pada hasil akhir *motion graphic* edukasi ini adalah “Hidup Sehat! Cerita Bahagia!”. Judul “Hidup Sehat! Cerita Bahagia!” ini mewakili penjelasan dalam video *motion graphic* yang akan menjabarkan, memotivasi, memberikan langkah praktis untuk kalangan generasi milenial selaku orang tua muda sebagai upaya pencegahan dari bahaya obesitas yang terjadi pada anak mereka.

Konsep Cerita

Storyboard motion graphic edukatif ini akan memuat informasi mengenai apa itu obesitas, faktor yang membuat obesitas terjadi pada anak, dampak yang dihasilkan, dan kiat pencegahannya yang dilengkapi dengan panduan praktis sebagai acuan dalam pembiasaan pola hidup sehat untuk anak dirutinitas keseharian dengan durasi kurang lebih 5 menit.

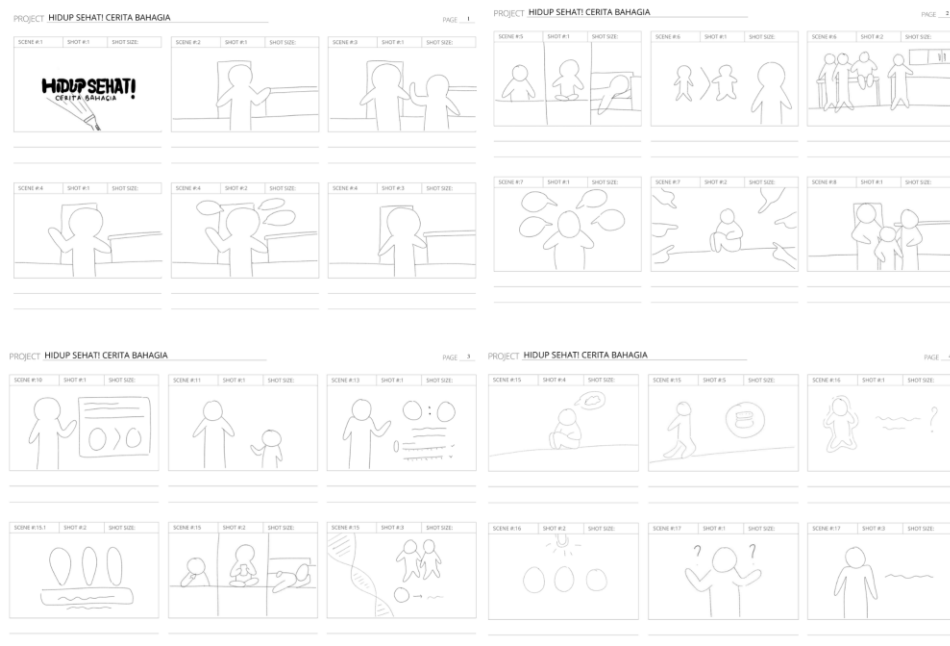
Nantinya dikisahkan seorang anak yang memiliki kebiasaan pola hidup yang kurang sehat dalam kesehariannya. Anak tersebut memiliki pola makan yang kurang baik, jarang melakukan aktivitas fisik dan lebih memilih melakukan kegiatan pasif seperti bermain gadget. Lama-kelamaan anak tersebut menjadi lebih gemuk dari sebelumnya. Dari anak tersebut, audiens akan diberikan gambar resiko yang dapat menyerang seseorang yang mengalami obesitas dan kegemukan dari mulai mendapat diskriminasi, terjangkau berbagai penyakit, bahkan hingga resiko kematian yang tinggi. Melalui penggambaran dari tokoh anak tersebut akan diberikan solusi dan motivasi untuk audiens dalam mengambil langkah-langkah menuju hidup sehat dan menghindari resiko obesitas. Dengan visual yang menyenangkan dan pesan positif, video *motion graphic* ini bisa menjadi sumber informasi yang tidak hanya menyoroti bahaya obesitas, tapi juga memberikan panduan praktis serta tips dan fakta kesehatan untuk membantu audiens mencapai hidup sehat.

Hasil Final Desain

Perancangan *storyboard* melewati tiga tahapan proses perancangan yaitu *thumbnail*, *rough pass*, dan *clean up*.

Thumbnail

Thumbnail adalah tahapan mulai dibentuk sketsa kasar yang difungsikan untuk mengeksplorasi *shot*, *angle*, serta pergerakan kamera berdasarkan alur cerita yang telah disempurnakan (Nuraini et al., 2020).



Gambar 1. Hasil *Thumbnail*.
(Sumber: Annisa, 2024)

Rough Pass

Rough pass merupakan proses pendetailan dan perapihan sketsa dari *background* hingga karakter agar pergerakan dan sekuensi lebih terlihat dengan jelas (Nuraini et al., 2020)

Scene	Shot	Visual	Deskripsi	Durasi
1	1		Cover	-
2	1		Hai ayah bunda sobat sehat. Yuk ikut kenali dan cegah obesitas anak anda bersama Ava Kamera : medium shot Efek : fade in. Wipe background Audio: cheerfull	4 dik
3	1		Halo, aku ava Kamera : medium shot Efek : swipe left Audio: cheerfull	2 dik
4	1		Tahu kah ayah bunda sobat sehat, Kamera : medium shot Efek : wipe background Audio: cheerfull	8 dik
	2		penerapan pola hidup yang tidak sehat dapat mengakibatkan obesitas Kamera : wide shot Efek : bubble pop up Audio: dramatic	
	3		Dan dahulu aku sering menerapkan pola hidup yang tidak sehat tersebut Kamera : zoom in Efek : swipe up Audio: sadness	

(i)

5	1		Aku sering mengonsumsi junk food dan makanan siap saji secara berlebihan, serta berkegiatan pasif yang membuat kurang aktivitas fisik sebab larangan bermain diluar rumah karena alasan keamanan Kamera : wide shot Efek : split kolase Audio: sadness	12 dik
6	1		Kebiasaan buruk tersebut membuat berat badanku semakin bertambah setiap harinya Kamera : medium shot Efek : fade out Audio: dramatic	8 dik
	2		hingga.. bu dokter berkata.. bahwa aku telah mengalami obesitas Kamera : wide shot Efek : fade out Audio: dramatic	
7	1		Akibatnya aku mudah mengantuk, malas belajar, mudah lelah, mengalami gangguan pernapasan Kamera : close up Efek : bubble pop up, fade in Audio: sadness	10 dik
	2		dan sering sekali di olok-olok teman karena badanku yang gemuk Kamera : high level Efek : fade out Audio: dramatic, laughing	

(ii)

12	1		Lalu bagaimana cara mengetahui anak tersebut obesitas atau tidak bu dokter? Kamera : medium shot Efek : swipe Audio: cheerfull	4 dik
13	1		Caranya yaitu dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter kuadrat lalu hasilnya disesuaikan dengan aturan indeks massa tubuh sesuai usia. WHO menetapkan angka indeks massa tubuh untuk anak usia 6-12 tahun sebesar 15 hingga 17 untuk kategori ideal dan >25 untuk kategori obesitas Kamera : on stand Efek : pop up Audio: cheerfull	20 dik
14	1		Lalu apa saja faktor yang menyebabkan obesitas bu dokter Kamera : medium shot Efek : swipe Audio: cheerfull	4 dik
15	1		Adanya faktor lingkungan, genetik, dan psikologis Kamera : medium shot Efek : pop up Audio: cheerfull	30 dik

(iii)

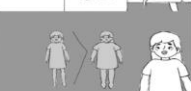
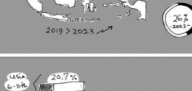
8	1		Tapi jangan khawatir, berkat ayah dan ibu yang telah menerapkan pola hidup sehat, sekarang aku sudah terbebas dari ancaman obesitas Kamera : wide shot Efek : swipe left Audio: cheerfull	8 dik
	2		Sobat sehat ingin tahu tidak, cara terhindar dari obesitas? Yak kita simak dan pelajari bersama bu dokter Kamera : wide shot Efek : swipe left Audio: cheerfull	7 dik
10	1		Tahukah sobat sehat? Obesitas adalah kondisi penumpukan lemak berlebih pada tubuh akibat tidak seimbangnya asupan energi dengan energi yang digunakan Kamera : medium shot Efek : pop up swipe Audio: cheerfull	8 dik
11	1		Di Indonesia sejak tahun 2019 hingga 2023, angka obesitas terus meningkat dari 14% menjadi 26% Kamera : wide shot Efek : pop up fade in Audio: dramatic	20 dik
	2		Hasil data WHO juga menunjukkan, prevalensi dalam obesitas anak telah mencapai 20,7% di antara anak usia 6 hingga 11 tahun, dan 22,2% di antara anak usia 12 hingga 19 tahun. Hal tersebut menandakan obesitas menjadi permasalahan darurat yang memerlukan perhatian serius Kamera : medium shot Efek : pop up Audio: dramatic	

(iv)

Gambar 2. Hasil *Rough Pass*.
(Sumber: Annisa, 2024)

Clean Up

Pada proses *clean up* dilakukan tahap penyempurnaan detail sketsa dilengkapi informasi dari setiap shot yang akan diproduksi dengan penambahan *value* dan *shading* dari hasil *rough pass* yang telah dibentuk agar menampilkan gambar dengan kesan yang mendalam dan dapat membedakan *foreground*, *midground* dan *background* setiap frame (Nuraini et al., 2020).

Scene	Shot	Visual	Deskripsi	Durasi
1	1		Cover	-
2	1		Hai ayah bunda sobat sehat. Yuk ikut kenali dan cegah obesitas anak anda bersama Ava	4 dik
3	1		Halo, aku ava	2 dik
4	1		Tahu kah ayah bunda sobat sehat,	8 dik
	2		penyegan pola hidup yang tidak sehat dapat mengakibatkan obesitas	
	3		Dan dahulu aku sering menerapkan pola hidup yang tidak sehat tersebut	
5	1		Aku sering mengonsumsi junk food dan makanan siap saji secara berlebihan, serta berkegiatan fisik yang membuat kurang aktivitas fisik sebab latargan bermain di luar rumah karena alasan kemanas	12 dik
6	1		Kebiasaan buruk tersebut membuat berat badanku semakin bertambah setiap harinya	8 dik
	2		hingga, bu dokter berkata, bahwa aku telah mengalami obesitas	
7	1		Akibatnya aku malah mengantuk, malas belajar, mudah lelah, mengalami gangguan pemupasan	10 dik
	2		dan sering sekali di obok-obok teman karena badanku yang gemuk.	
8	1		Tapi jangan khawatir, berkat ayah dan Bunda yang telah menerapkan pola hidup sehat, sekarang aku sudah terbebas dari ancaman obesitas	8 dik
	2		Sobat sehat ingin tahu tidak, cara terhindar dari obesitas? Yuk kita simak dan pelajari bersama bu dokter	7 dik
10	1		Tahukah sobat sehat?	8 dik
11	1		Obesitas adalah kondisi penumpukan lemak berlebih pada tubuh akibat tidak seimbangy asupan energi dengan energi yang digunakan	20 dik
	2		Di Indonesia sejak tahun 2019 hingga 2023, angka obesitas terus melonjak naik dari 14% menjadi 26%	
	3		Hasil data WHO juga menunjukkan, prevalensi dalam obesitas anak telah mencapai 20,7% di antara anak usia 6 hingga 11 tahun, dan 22,2% di antara anak usia 12 hingga 19 tahun.	
	4		Hal tersebut mandakan obesitas menjadi permasalahan darurat yang memerlukan perhatian serius	
12	1		Lalu bagaimana cara mengetahui anak tersebut obesitas atau tidak bu dokter?	4 dik
13	1		Caranya yaitu dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter kuadrat lalu hasilnya disesuaikan dengan aturan indeks massa tubuh sesuai usin.	20 dik
	2		WHO menetapkan angka indeks massa tubuh untuk anak usia 6-12 tahun sebesar 15 hingga 17 untuk kategori ideal dan >25 untuk kategori obesitas	
14	1		Lalu apa saja faktor yang menyebabkan obesitas bu dokter	4 dik
15	1		Adanya faktor lingkungan, genetik, dan psikologis	30 dik

Gambar 3. Hasil *Clean Up*.
(Sumber: Annisa, 2024)

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Video *motion graphic* edukasi “Hidup Sehat! Cerita Bahagia!” diciptakan berdasarkan fenomena obesitas yang terjadi pada usia anak-anak yaitu 6 hingga 12 tahun. *Motion graphic* edukasi ini akan memuat informasi mengenai apa itu obesitas, faktor yang membuat obesitas terjadi pada anak, dampak yang dihasilkan, dan kiat pencegahannya dilengkapi dengan panduan praktis yang bisa menjadi acuan dalam pembiasaan pola hidup sehat untuk anak dirutinitas keseharian dengan durasi kurang lebih 5 menit. Perancangan *motion graphic* edukasi

tersebut diharapkan dapat memberikan pengetahuan serta informasi kepada orang tua milenial agar peduli terhadap pola hidup anak mereka untuk mencegah terjadinya obesitas dini.

Dalam tahap perancangan *motion graphic* terdapat proses pra-produksi berupa pembuatan *storyboard*. Pembuatan *storyboard* dilakukan dari penciptaan konsep ide yang digunakan untuk menentukan alur cerita yang akan disajikan. Alur cerita diciptakan dari hasil analisis data melalui wawancara dan kuesioner yang kemudian dikembangkan ke dalam bentuk cuplikan adegan yang dilengkapi dengan naskah. Selanjutnya dilakukan pembuatan desain *storyboard* yang melalui tiga tahapan yaitu *thumbnail*, *rough pass*, dan *clean up*. Tahap *thumbnail* dilakukan pembentukan sketsa kasar yang difungsikan untuk mengeksplorasi *shot*, *angle*, serta pergerakan kamera berdasarkan alur cerita atau naskah. Kemudian, dikembangkan ke tahap *rough pass* dengan melakukan pendetailan dan perapihan sketsa dari *background* hingga karakter agar pergerakan dan sekuensi lebih terlihat dengan jelas. Terakhir, tahap *clean up* dengan mempertajam tampilan visual dengan pemberian *value* dan *shading* agar terlihat lebih detail dan jelas yang dapat dibedakan *foreground*, *midground*, dan *background* dalam setiap frame.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L., Maas, L. T., & Zulfendri, Z. (2019). Analisis faktor perilaku berisiko terhadap kejadian obesitas pada anak usia 9–12 tahun di SD Harapan 1 Medan. *Jurnal Endurance*, 4(2), 371. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4051>
- Anita, L., Ngardita, I. R., Irmanto, M., Bella, S., Mandosir, Y., & Irab, S. P. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian kegemukan pada anak taman kanak-kanak (TK) di TK Kartika VI-6 Buceu III Waena tahun 2013. *Sport-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(1), 1–17. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v2i1.9040>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). *Tentang BMI anak & remaja*. https://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens_bmi/about_childrens_bmi.html
- Jannah, M., & Utami, T. N. (2018). Faktor yang memengaruhi terjadinya obesitas pada anak sekolah di SD N 1 Sigli Kabupaten Pidie. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 110–118. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3928>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021, April 28). *Inilah cara mengenali tanda obesitas pada anak*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/page/46/apakah-anak-obesitas-yuk-kenali-ciri-ciri-anak-obesitas>
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2023, July 26). *Pemerintah terus berupaya menurunkan angka obesitas pada anak*. <https://www.kemenkopmk.go.id/pemerintah-terus-berupaya-menurunkan-angka-obesitas-pada-anak>

- Kinanti, G. R. (2019). Memahami relasi komunikasi orang tua milenial dalam pembentukan konsep diri anak di era digital. *Interaksi Online*, 7(2), 115–126. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/23659>
- Kotz, P. E. (2016). Reaching the millennial generation in the classroom. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 1163–1166. <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040528>
- Kristina, A., & Huriah, T. (2020). Program pencegahan obesitas anak dengan melibatkan peran keluarga: Literature review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 55–63. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i2.4427>
- Lim, W., & Arnomo, S. A. (2022). Rancangan bangun aplikasi storyboard berbasis Android. *Jurnal Comasie*, 7(4), 122–133.
- Nuraini, R. K., & Ramdhan, Z. (2020). Perancangan storyboard animasi 2D “Post” mengenai pengaruh media sosial terhadap gaya hidup generasi milenial. *E-Proceeding of Art & Design*, 7(2), 2421–2427.
- Nuralan, S., Bk, M. K. U., & Haslinda. (2022). Analisis gaya belajar siswa berprestasi di SD Negeri 5 Tolitoli. *Pendekar Jurnal: Pengembangan Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 1(1), 13–24.
- Putra, Y. S. (2016). Theoretical review: Teori perbedaan generasi. *Jurnal Among Makarti*, 9(18), 123–134.
- Ramdhan, S., Tullah, R., & Janah, S. N. (2019). Iklan animasi stop bullying pada SD Negeri Cibadak II berbasis multimedia. *Jurnal Sisfotek Global*, 9(2), 6–13.
- Rizkiyah, N., Suyana, N., & Pamungkas, A. D. (2022). Edukasi kesehatan tentang pola hidup sehat untuk siswa SMK Bhakti Husada Bekasi. *Community Development Journal*, 3(2), 1286–1289.
- Sajawandi, L. (2015). Pengaruh obesitas pada perkembangan siswa sekolah dasar dan penanganannya dari pihak sekolah dan keluarga. *JPSD (Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar)*, 1(2). <http://dx.doi.org/10.30870/jpsd.v1i2.691>
- Siregar, Y. S., Darwis, M., Baroroh, R., & Andriyani, W. (2022). Peningkatan minat belajar peserta didik dengan menggunakan media pembelajaran yang menarik pada masa pandemi COVID-19 di SD Swasta HKBP 1 Padang Sidempuan. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 2(1), 69–75. <https://doi.org/10.56972/jikm.v2i1.33>