

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI UNTUK ANAK SEBAGAI MEDIA INFORMASI TENTANG BAHAYA BEGADANG BERMAIN GIM BAGI KESEHATAN

Rio Legian¹, Olivine Alifaprilina Supriadi² dan Fariha Eridani Naufalina³

^{1,2,3}Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Telkom University Jl. Telekomunikasi No. 1, Bandung Terusan Buahbatu - Bojongsoang, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 40257
riolegian@student.telkomuniversity.ac.id, olivinea@telkomuniversity.ac.id,
nisaekan@telkomuniversity.ac.id

Abstrak

Disampaikan oleh menteri Kemkomdigi, Meutya Hafid Pada tahun 2025. ada sekitar 221 juta lebih atau sekitar 79,5% dari total populasi masyarakat Indonesia mengakses internet, sebanyak 9,17% merupakan anak dengan usia dibawah 12 tahun kebawah. Hal ini menjadikan Indonesia pasar *game mobile* terbesar ketiga di dunia. Banyak *game* yang berasal dari luar negeri yang masuk ke Indonesia untuk memasarkan produknya. Dengan terjadinya fenomena tersebut menyebabkan perubahan kebiasaan Masyarakat Indonesia yang merusak Kesehatan, seperti kegiatan begadang karena bermain *Game* online, Data penelitian menyebutkan anak sekolah dasar memiliki pola tidur yang tidak teratur yang disebabkan dari beberapa faktor, salah satunya kebiasaan bermain *Game* sampai larut malam. Didukung dengan Banyak jurnal yang telah meneliti tentang keterhubungan antara *Game* online dengan kebiasaan anak. Penelitian ini bertujuan untuk merancang sebuah Buku ilustrasi untuk menginformasi anak - anak mengenai bahayanya begadang bagi kesehatan anak. Penelitian ini juga berfokus untuk meningkatkan Kesadaran akan dampak negatif begadang dalam kehidupan sehari-hari melalui pendekatan visual yang menarik. Metode penelittian menggunakan kualitatif deskriptif dan analisis data visual, untuk metode pengumpulan data menggunakan Teknik Observasi, Wawancara, Kuesioner, dan Studi Literatur.

Kata kunci: Internet, begadang, *Game*, buku ilustrasi

Abstract

Delivered by the minister of Kemkomdigi, Meutya Hafid In 2025. there are more than 221 million or around 79.5% of the total population of Indonesian people accessing the internet, as many as 9.17% are children under the age of 12 years and under. This makes Indonesia the third largest mobile game market in the world. Many games originating from abroad enter Indonesia to market their products. With the occurrence of this phenomenon, it causes changes in the habits of the Indonesian people that damage health, such as staying up late because of playing online games, research data states that elementary school children have irregular sleep patterns caused by several factors, one of which is the habit of playing games until late at night. Supported by many journals that have examined the relationship between online games and children's habits. This research aims to design an illustration book to inform children about the dangers of staying up late for children's health. This research also focuses on raising awareness of the negative impact of staying up late in everyday life through an attractive visual approach. The research method uses descriptive qualitative and visual data analysis, for data collection methods using observation techniques, interviews, questionnaires, and literature studies.

Keywords: *Internet, staying up late, games, illustration book*

PENDAHULUAN

Pada tahun 2025, Menteri Kemkomdigi menyatakan 221 juta lebih (79,5%) masyarakat Indonesia menggunakan internet, dengan 9,17% merupakan anak dibawah 12 tahun (Sihombing, 2025). Hal ini menjadikan indonesia sebagai pasar game terbesar ketiga didunia (Putri, 2023). Fenomena tersebut mengakibatkan perubahan pada kebiasaan masyarakat lokal, diantaranya anak - anak dengan usia 9- 12 tahun yang banyak bermain game. Dibuktikan dengan banyak penelitian bertemakan keterkaitan game dengan pola pikir dan perilaku anak.

Berkaitan dengan sebab dan akibat tersebut, menimbulkan sebuah kekhawatiran serius yang menyangkut kesehatan tubuh anak. Pada situs kompas.com dikabarkan seorang remaja di Thailand meninggal dunia karena gagal jantung akibat terlalu banyak bermain game hingga larut malam (Sicca, 2021). Kasus tersebut dapat dibenarkan oleh fakta berikut : (1) Jurnal Sleep Medicine Reviews, Menyebutkan pola tidur malam yang terganggu bisa

meningkatkan resiko penyakit jantung. (2) Dokter Tirta menyebutkan bahwa bergadang dapat meningkatkan resiko penyakit stroke (3) Rini Sekartini – Guru Besar FKUI menyatakan bahwa : gangguan tidur terjadi pada 50% lebih anak. Maka dari itu penelitian ini ditujukan untuk membuat buku Ilustrasi sebagai media informasi dampak bahaya begadang bagi anak usia 9 – 12 tahun.

METODE PENELITIAN

Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini ialah untuk membuat media informasi tentang dampak negatif agar anak memiliki kesadaran lebih tentang kebiasaan begadang bermain *game*. Berikut data khalayak sasaran dari penelitian ini.

Demografis

Usia	: 9 – 12 tahun.
Jenis Kelamin	: Laki – laki dan Perempuan.
Tingkat Pendidikan	: Siswa/i Sekolah Dasar kelas 4 - 6
Lokasi	: Madrasah Ibtidaiyah Asy-Syifa Rancamanyar, Kecamatan Pameungpeuk, Desa Rancamulya, kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat.
Status Ekonomi	: Menengah.

Psikografis

Hobi	: Bermain <i>Game</i>
Gaya Hidup	: Terbiasa Menggunakan Gadget dan Tertarik membaca buku ilustrasi.

Perilaku Sasaran

- Kebiasaan Tidur : Terbiasa tidur larut malam.
- Kesukaan Membaca : Tertarik pada buku ilustrasi yang memiliki visual dan cerita yang menarik.

Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan Observasi, Wawancara, Kuesioner dan Studi Literatur. **Observasi**, dengan mengamati fenomena yang terjadi di MI Asy-Syifa Rancamanyar Bandung secara langsung untuk mengambil data - data yang diperlukan untuk penelitian. **Wawancara**, sebagai metode pengumpulan selanjutnya untuk memahami pendapat Psikolog klinis anak & remaja anak, Qurota'aini Zahira Naufal Putri MuslihM.Psi., Psikolog. mengenai topik yang terkait dengan penelitian, Serta 2 Ilustrator buku anak. **Kuesioner**, untuk mendapatkan data mengenai objek penelitian maka, dilakukan pengisian kuesioner, dengan tujuan agar mendapatkan data yang lebih akurat mengenai Perilaku anak SD MI Asy-Syifa Rancamanyar di Bandung. **Studi Literatur**, juga dilakukan guna mendapatkan data yang lebih untuk melengkapi data yang tidak bisa didapat dalam observasi dan wawancara, studi literatur dilakukan pada jurnal dan buku yang berkaitan dengan kesehatan tidur.

Kualitatif Deskriptif

Sebagai metode utama. Berdasarkan dari website kementerian keuangan menyebutkan, Metode kualitatif merupakan metode mengamati suatu fenomena yang sedang terjadi. Lebih mudahnya metode kualitatif tidak menggunakan alat untuk menghitung statistik. Terdapat beberapa pendapat ahli seperti Creswell, Creswell menyatakan penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif memiliki beberapa karakteristik, salah satu contohnya,

peneliti menulis dengan gaya persuasif agar pembaca merasakan pengalaman yang sama. (Wibisono, 2019)

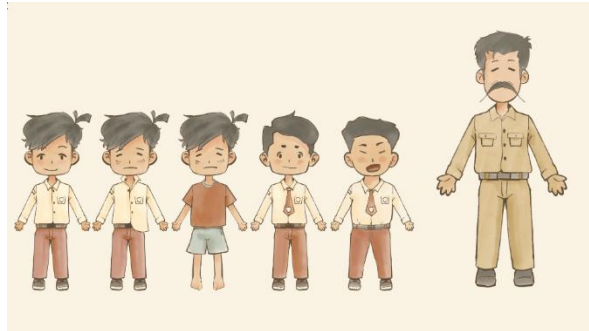
Analisis Data Visual

Menurut Didit Widiatmoko Soewardikoen Data Visual gambar diharuskan ada dalam suatu penelitian. Sebagai modal utama yang penting untuk mendapatkan pertanyaan kritis mengenai objek yang diteliti, karena data visual merupakan bagian menganalisis dan menafsirkan sebuah gambar, maka semakin lengkap data visual untuk penelitian maka makin mudah pula untuk menginterpretasikan objek tersebut. (Soewardikoen, 2019)

HASIL DAN DISKUSI

Pengambilan Judul "Tidur! Teman yang terlupakan" memiliki makna "Tidur lah! Tidur merupakan hal penting yang kamu butuhkan, namun kamu melupakannya". Setelah itu dari hasil wawancara dengan psikolog anak mengenai kebiasaan perilaku anak serta Webinar Dokter anak mengenai *Sleep Training*. Konsep pesan pada buku ilustrasi "Tidur! Teman yang terlupakan" ialah tentang **Mengatur** waktu yang dimiliki, **Mendengarkan** nasihat orang lain seperti teman, dan **Berubah** menjadi lebih baik dimulai dengan berkomitmen pada diri sendiri.

Berdasarkan hasil observasi serta wawancara langsung peneliti dengan objek penelitian di sekolah, banyak anak laki laki yang mengajukan diri sebagai narasumber. Tokoh pada buku ini berjumlah 4 orang Revan, Arga, Wili, dan Pak Yana. Revan sebagai karakter utama yang mengalami masalah, terdapat 3 versi, pakaian rumah dan dua pakaian sekolah (sakit dan sehat) lalu ada Arga dan Wili sebagai teman Revan yang membantu memperbaiki kebiasaan buruknya dan Pak Yana sebagai guru.



Gambar 1 Desain Karakter Buku “Tidur! Teman yang terlupakan”

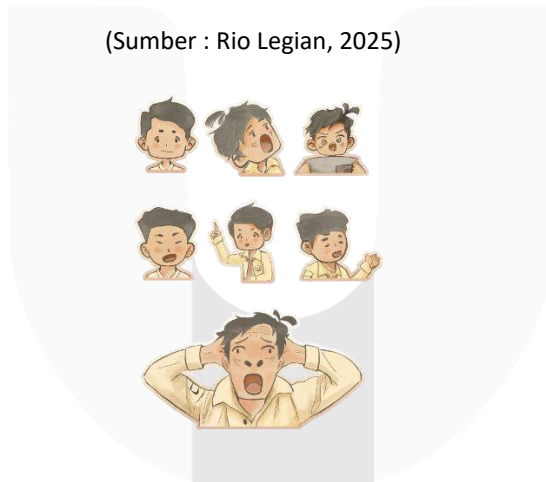
(Sumber : Rio Legian, 2025)

Berdasarkan hasil analisis proyek sejenis. Buku dibuat sebanyak 44 halaman, dengan ukuran 20×24cm menggunakan kertas Artpaper dengan gramasi 260gsm untuk cover jenis soft cover dengan laminasi Doff dan 210gsm untuk isi buku. Buku ini memiliki dua Gaya Huruf yang akan digunakan, yang pertama Bangers, akan digunakan sebagai Judul dari buku. yang kedua Lato, akan menjadi gaya huruf untuk isi buku, seperti Deskripsi dan dialog. Alasan mengapa Bangers digunakan untuk Judul karena gaya huruf ini memiliki karakteristik yang tebal sehingga cocok untuk penebalan kata penting, sedangkan Lato dipilih karena memiliki karakteristik yang simple dan sederhana hingga mudah dibaca. Pada berikutnya perancangan media pendukung (Stiker karakter, Buku Konsep, Gantungan Kunci Akrilik, Pembatas Buku, X banner, Standee Akrilik, dan Poster) sebagai pendamping media utama pun dibuat dengan tujuan memperkenalkan identitas (media promosi) buku serta menambah daya jual buku.



Gambar 2 Buku "Tidur!Teman yang terlupakan"

(Sumber : Rio Legian, 2025)



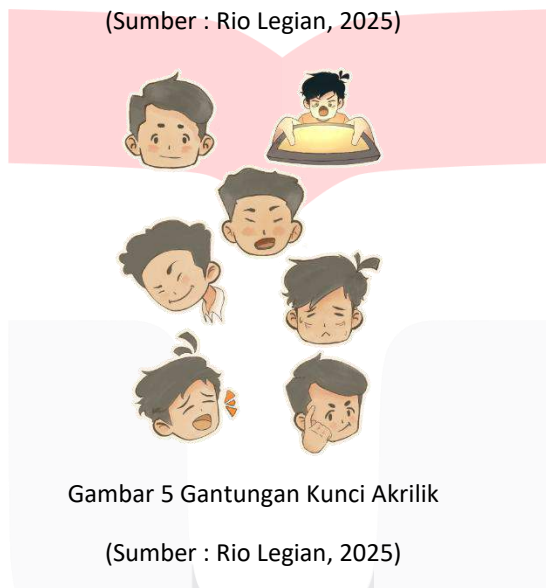
Gambar 3 Stiker

(Sumber : Rio Legian, 2025)



Gambar 4 Buku Konsep

(Sumber : Rio Legian, 2025)



Gambar 5 Gantungan Kunci Akrilik

(Sumber : Rio Legian, 2025)



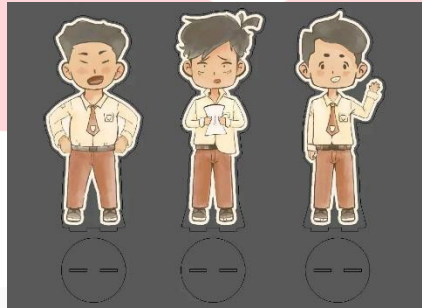
Gambar 6 Pembatas Buku

(Sumber : Rio Legian, 2025)



Gambar 7 XBanner

(Sumber : Rio Legian, 2025)



Gambar 8 Standee Akrilik

(Sumber : Rio Legian, 2025)



Gambar 9 Poster

(Sumber : Rio Legian, 2025)

KESIMPULAN

Dari hasil perancangan didapati Solusi dari permasalahan yang dapat disimpulkan sebagai berikut, Perancangan buku ilustrasi anak dengan pendekatan buku ilustrasi dengan gaya visual kartun barat, diperlukan sebagai media penyampaian informasi, untuk meningkatkan kesadaran anak tentang dampak yang ditimbulkan dari begadang bermain gim. Selanjutnya berdasarkan hasil test baca untuk *prototype* buku pada salah satu anak kelas 6 di MI Asy-Syifa Rancamanyar, buku ilustrasi menjadi media yang mudah dipahami oleh anak usia 9-12 tahun.

Hasil perancangan buku ilustrasi anak dan media pendukungnya diharapkan dapat serta menjadi solusi terbaik bagi anak untuk lebih mengetahui dampak serta manfaat dari tidur malam yang baik, bagi dirinya sendiri.

Demi pengembangan dalam penelitian yang akan datang, berikut saran yang bermanfaat guna meningkatkan kualitas penelitian. Yang pertama melakukan penelitian lebih mendetail mengenai target pasar, siapa yang akan mengkonsumsi buku ini dan memperhatikan keadaan ekonomi target pasar. Selanjutnya, membuat media pendukung yang meningkatkan rasa ingin tahu target pasar agar buku dikenal oleh banyak orang. Berikutnya, melakukan test uji coba karya pada lebih dari satu orang, untuk mendapatkan data yang lebih kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Putri, M. R. (2023). *Indonesia jadi pasar game "mobile" terbesar ketiga di dunia*. Diambil kembali dari Antaranews.
- Sicca, S. P. (2021). *Hobi Begadang Bermain Game, Remaja Asal Thailand Ditemukan Meninggal di Kamarnya*. Diambil kembali dari kompas.com.
- Sihombing, J. (2025). *Menkomdigi: Indonesia Pengguna Internet Terbesar di Dunia*. Diambil kembali dari rri.co.id.
- Soewardikoen, D. W. (2019). *Metodologi Penelitian: Desain Komunikasi Visual*. Bandung: PT Kanisius.
- Wibisono, A. (2019). *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*. Diambil kembali dari Kementerian Keuangan Direktorat Jenderal kekayaan Negara.