

# PERANCANGAN BOARD GAME SEBAGAI MEDIA SOSIALISASI MENGENAI GAYA HIDUP SEHAT

## BOARD GAME DESIGN AS A MEDIA SOCIALIZATION OF HEALTHY LIFE

Khusnaini Aghniya<sup>1</sup>, Taufiq Wahab, S.Sn, M.Sn<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom

<sup>1</sup>husnaghniya@gmail.com, <sup>2</sup>taufiqwahab@tcis.telkomuniversity.ac.id

---

### Abstrak

Gaya hidup sehat yang didasari pola hidup seimbang tentu sangat berpengaruh bagi kehidupan seseorang. Gaya hidup merupakan gambaran perilaku seseorang terhadap kehidupannya, yang tentu saja didasari oleh beberapa faktor. Kesulitan masyarakat untuk menjalani gaya hidup sehat banyak dialami oleh masyarakat dengan usia rentang remaja hingga remaja dewasa. Pada usia aktif tersebut tidak jarang yang kesulitan menempatkan diri di antara kewajiban akademis dengan aktifitas non-akademis sehingga tidak memperhatikan pola hidupnya dengan baik.

Karya ini dibuat dengan tujuan dapat menyampaikan informasi tentang gaya hidup sehat secara lebih baik dengan cara yang interaktif. Belum terdapat sebuah media yang efektif untuk membuat target audiens memahami dengan benar pentingnya menjalani gaya hidup sehat. Metode pencarian data yang digunakan adalah wawancara, studi pustaka, dan penyebaran kuesioner.

Berdasarkan data yang penulis dapatkan, board game adalah media yang efektif untuk menunjang tema ini. Dalam permainan ini, pemain akan diajak belajar mengontrol waktu dalam beraktifitas dan menutrisi tubuh dengan baik tanpa melupakan kesehatan tubuhnya. Board game dipilih sebagai media interaktif yang mampu menyalurkan informasi berupa pembelajaran dari pengalaman, sehingga pengguna secara tidak langsung dapat ikut merasakan masalah yang ada dalam permainan tersebut.

**Kata Kunci :** Board Game, Gaya Hidup Sehat, Remaja, Remaja Dewasa, Sosialisasi

---

### Abstract

*Healthy lifestyle based on balanced lifestyle is very influential for one's life. Lifestyle is a description of one's behavior towards life, which of course is based on several factors. Public difficulty to live a healthy lifestyle is experienced by many people with age ranges of adolescents to adolescents. At such an active age, it is not uncommon to find difficulties in putting themselves between academic obligations and non-academic activities so as not to pay attention to their lifestyle well.*

*This work was created with the aim to be able to convey information about a healthy lifestyle better in an interactive way. There has not been an effective medium for target audience to understand correctly the importance of living a healthy lifestyle. Data search methods used were interviews, literature study, and questionnaire distribution.*

*Based on the data the author gets, the board game is an effective medium to support this theme. In this game, players will be invited to learn to control the time in the activity and nourish the body well without forgetting the health of his body. Game board is selected as an interactive media that is able to channel information in the form of learning from experience, so users can indirectly share the problems that exist in the game.*

**Keywords:** Board Game, Healthy Lifestyle, Youth, Adolescent, Socialization.

---

## 1. Pendahuluan

Gaya hidup merupakan cerminan diri seseorang, jadi apabila seseorang menjalani gaya hidup yang baik sudah pasti kesehatan tubuhnya terjaga, begitu juga sebaliknya apabila seseorang tidak menjalani gaya hidup yang sehat dengan pola yang baik maka kita tidak bisa menjamin bahwa tubuhnya sehat.

Sehat tidak selalu berarti tidak sakit, sakit pun tidak melulu soal penyakit. Seperti pengertian pola hidup sehat menurut pandangan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yaitu, "suatu keadaan mental, fisik maupun kesejahteraan sosial, dan bukan hanya pada ketiadaan penyakit pada seluruh manusia.". Tubuh yang sehat adalah tubuh yang dicukupkan kebutuhannya, seimbang antara nutrisi yang dikonsumsi dan digunakan untuk beraktifitas dengan

baik. Pikiran yang sehat adalah hasil dari tubuh yang sehat, oleh karena itu tubuh yang sehat juga berguna untuk meningkatkan kualitas SDM pada suatu wilayah. Jadi, selain tubuh yang sehat itu penting bagi diri sendiri juga penting bagi orang lain.

Dewasa ini masih banyak ditemukan masyarakat dengan kondisi gizi yang tidak seimbang. Banyak diantaranya dialami oleh usia remaja hingga remaja dewasa. Dengan usia yang aktif seperti itu, tentu sulit bagi mereka untuk menyeimbangkan antara aktifitas akademis dengan aktifitas non-akademisnya sehingga secara tidak sadar mereka tidak memperhatikan pola hidupnya dengan baik seperti makan seadanya, kurang minum, dan tidak memiliki cukup waktu untuk beristirahat dengan benar. Menjamurnya makanan cepat saji juga sangat berpengaruh pada gaya hidup masyarakat di kota-kota besar yang serba instan, membuat peluang lebih besar terkait masyarakat dengan gizi tidak seimbang.

Faktor gaya hidup baru juga menjadi pengaruh yang cukup besar bagi remaja. Kebanyakan dari mereka merupakan seorang perantau atau tinggal jauh dari rumah sehingga mereka harus belajar bertanggung jawab pada diri sendiri tanpa mengandalkan perhatian keluarga. Dengan masalah yang tersebut, tidak sedikit pula solusi yang diciptakan untuk membantu mereka terkait masalah gizi. Seperti acara-acara kampanye atau gerakan sehat atau yang lebih membangun secara rohani seperti talkshow motivasi. Namun tidak menutup kemungkinan bagi mereka yang mempermasalahkan waktu karena padatnya aktifitas yang mereka jalani. Memikirkan terlalu banyak waktu terbuang dalam perjalanan menuju event tersebut, lebih baik menjalankan aktifitas lain.

Oleh karena itu dibutuhkan solusi yang dapat membantu masalah gizi tanpa melibatkan masalah lainnya seperti waktu. Penyampaian informasi melalui media online maupun offline tentu sangat menghemat waktu, karena dapat digunakan kapanpun dan dimanapun. Namun ternyata masih ada saja faktor yang menjadi penghambat, dilihat dari banyaknya produksi media cetak maupun online yang membahas gizi hingga media yang bergerak seperti iklan di televisi tetapi masih banyak target audience yang masih belum sadar akan pentingnya menjalani gaya hidup sehat.

Media sosialisasi yang baik adalah media yang memiliki kekuatan untuk mengajak target berinteraksi dan membuat mereka merasakan sebab-akibat dari materi yang diberikan tanpa paksa. Seorang Game Developer mengatakan bahwa game merupakan salah satu media ekspresi yang mampu memberikan ruang interaksi yang lebih antara kreator dan penikmatnya. Karena pesan yang disampaikan tidak hanya didengar dan dilihat namun juga mengajak penikmat karya ini untuk berinteraksi didalamnya. Dengan demikian, penulis tertarik untuk membuat board game sebagai media informasi yang dapat membantu masalah gizi pada usia remaja. Selain media ini sangat membantu dalam penyampaian informasi karena lebih interaktif, media ini juga berguna sebagai penghilang penat dan stress dari padatnya aktifitas.

Dalam board game ini akan dijelaskan tentang pentingnya menjalani gaya hidup sehat, dan bagaimana cara kita mengatur waktu agar asupan nutrisi, aktifitas dan waktu istirahat berjalan secara seimbang. Dengan begitu, pemain akan lebih mudah menyerap informasi yang disampaikan, serta secara tidak langsung pemain dapat ikut merasakan dampak yang terjadi ketika mereka menjalani gaya hidup yang sehat ataupun tidak sehat.

## **2. Dasar Pemikiran**

### **2.1 Permainan**

Permainan merupakan suatu aktivitas yang memiliki fungsi untuk mencari kesenangan dimana setiap pemain akan terhibur atas permainan yang di mainkan. Selain memiliki fungsi rekreasi, permainan juga dapat menjadi sebuah media yang mampu mengasah keterampilan dalam berstrategi. Permainan adalah sebuah sistem di mana pemain terlibat dalam konflik buatan, ditentukan oleh aturan, yang menghasilkan hasil yang terukur. (Rules Of Play, 2003:11).

### **2.2 Permainan Papan**

Definisi board game menurut Mike Scorviano adalah jenis permainan di mana alat-alat atau bagian-bagian permainan ditempatkan, dipindahkan, atau digerakan pada permukaan yang telah ditandai atau dibagi-bagi menurut seperangkat aturan. Permainan mungkin didasarkan pada strategi murni, kesempatan, atau campuran dari keduanya dan biasanya memiliki tujuan yang harus dicapai. (Sejarah *Board Game* dan Psikologi *Permainan*, 2010)

### **2.3 Desain Permainan**

Tracy Fullerton (Game Design Workshop, 2008:14), proses mendesain sebuah game terdiri dari beberapa tahap yaitu:

1. Brainstorming, Menyiapkan konsep atau mekanik dari game yang desainer pikirkan serta pemikiran mengenai pengalaman apa yang akan diterima si pemain.

2. Physical Prototype, Membuat dummy yang dapat dimainkan, dan juga menuliskan beberapa catatan saat dummy dimainkan mengenai tujuan Aesthetics Story Mechanics Technology More Visible Less Visible pengalaman game yang dicapai dan juga bagaimana game itu berfungsi.
3. Presentation, Mempresentasikan desain game yang sudah kita buat kepada team creative dan juga manajer dengan menggunakan demo dari dummy game yang sudah kita buat agar menarik.
4. Software Prototype, Membuat dummy game yang telah dirancang sebelumnya dengan menyesuaikan mekanisme dan konsep dalam bentuk digital.
5. Design Documentaion, Menyusun ide-ide tambahan berdasarkan dari uji coba yang sudah dilakukan pada game sebelumnya.
6. Production, Proses produksi game berdasarkan catatan sebelumnya sehingga setiap aspek dari game tercapai dan benar.
7. Quality Assuranc, Pengujian kualitas dan game play , untuk menghindari masalah dengan selalu melakukan testplay dan juga memastikan game bisa langsung dimainkan oleh target desainer.

## 2.4. Ilustrasi

Ilustrasi adalah gambar untuk membantu memperjelas isi buku, atau karangan (Hasan Alwi, 2002: 425). Ilustrasi merupakan bentuk visual dari teks atau kalimat. Ilustrasi dapat memperjelas teks atau kalimat terutama bagi anak-anak yang belum bisa membaca. Dengan menggambarkan suatu adegan dalam sebuah cerita, maka gambar tersebut dapat menerangkan secara umum karakter atau keseluruhan isi cerita. Selain itu, ilustrasi berfungsi untuk menarik pembaca agar tertarik untuk membaca cerita.

## 2.5 Desain Komunikasi Visual

Desain komunikasi visual adalah ilmu yang mempelajari konsep komunikasi dan ungkapan daya kreatif, yang diaplikasikan dalam pelbagai media komunikasi visual dengan mengolah elemen Desain (Sumbo, 2009:23).

## 2.6 Warna

Warna adalah spektrum tertentu yang terdapat di dalam suatu cahaya sempurna (berwarna putih). (Sanyoto, 2009).

## 2.7 Layout

Prinsip kesatuan adalah memadu-padankan semua elemen desain agar saling berkaitan dan tersusun dengan tepat (Suriyanto Rustan, 2009:74).

## 2.8 Tipografi

Adi Kusrianto (2009:190) menyatakan, dalam desain grafis, Tipografi diartikan sebagai proses seni untuk menyusun huruf. Menyusun disini meliputi merancang bentuk huruf hingga merangkainya dalam sebuah komposisi yang tepat untuk memperoleh suatu efek tampilan yang dikehendaki. Menurut Danton Sihombing (2015:158) klasifikasi huruf-huruf di dunia ini dibuat berdasarkan momentum-momentum penting dalam perjalanan sejarah penciptaan dan pengembangan desain huruf latin. Berikut ini adalah pengelompokan huruf yang disurur berdasarkan urutan waktu kemunculannya.

1. *Old Style*
2. *Transitional*
3. *Modern*
4. *Egyptian*
5. *Sans Serif*

## 2.9 Gaya Hidup

Menurut Plummer (1983:192) gaya hidup adalah cara hidup individu yang diidentifikasi oleh bagaimana orang menghabiskan waktu mereka (aktivitas), apa yang mereka anggap penting dalam hidupnya (ketertarikan) dan apa yang mereka pikirkan tentang dunia sekitarnya.

Gaya hidup menurut Kotler (2002:192) adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opininya. Gaya hidup menggambarkan “keseluruhan diri seseorang” dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Gaya hidup menggambarkan seluruh pola seseorang dalam beraksi dan berinteraksi di dunia.

## 2.10 Faktor Pengaruh Gaya Hidup Sehat

Pada bagian ini diuraikan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat. Soekidjo Notoadmojo (1993: 62) berpendapat bahwa perilaku hidup sehat pada dasarnya adalah suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus yang terkait dengan makanan, kebersihan diri, kebersihan lingkungan, kebiasaan terhadap sakit dan penyakit dan keseimbangan antara kerja, istirahat, dan olahraga.

## 3. Konsep dan Hasil Perancangan

### 3.1 Konsep Pesan

Perancangan board game ini memiliki pesan yang bertujuan untuk menyampaikan informasi mengenai pentingnya gaya hidup sehat dengan menjaga pola hidup yang baik dan benar. Penulis memilih media Board game sesuai dengan pilihan target audience pada kuesioner yang telah diberikan. Media ini dianggap sangat cocok dengan target sasaran yang ditujukan untuk remaja dan dewasa awal dengan range usia 19 – 25 tahun yang memiliki masalah gaya hidup yang sedang dijalani. Perancangan ini juga bermanfaat untuk meredakan stress karena bersifat menyenangkan.

Sesuai dengan analisis data wawancara, konsep perancangan ini didasari dengan konsep hidup sehat yang meliputi pola makan, pola aktifitas, pola istirahat, dan pentingnya peran air mineral. Pencapaian yang diharapkan adalah adanya kerjasama dan pengaturan strategi oleh masing-masing pemain. Kerjasama dibutuhkan untuk mencapai tujuan board game yaitu sehat bersama-sama.

### 3.2 Konsep Kreatif

Berdasarkan dari hasil analisis matriks perbandingan visual, maka diaplikasikan beberapa konsep kreatif sebagai berikut:

1. Kata kunci, Dalam perancangan ini, digunakan satu kata kunci yang menjadi dasar dari perancangan baik dari segi mekanik permainan atau pun visualisasi permainan yang digunakan. Pemilihan kata kunci Fun atau menyenangkan didasari karena dilihat dari target audiens perancangan yakni remaja hingga dewasa muda dengan kisaran usia 19-22 tahun yang banyak diantaranya mengalami stress karena padatnya aktifitas.
2. Euro-Styles Games, *Euro-Styles* biasanya memiliki *goal* mengumpulkan victory points untuk menang. Board game jenis ini memiliki tema yang kuat di dalamnya. Biasanya kita harus melakukan manajemen sumber daya dalam permainan. Setiap pemain hanya diberikan sumber daya yang dibatasi, dengan sumber daya tersebut para pemain dituntut untuk bisa mengumpulkan poin. Bagi pemain yang bisa mengumpulkan poin yang paling banyak dialah yang menang.
3. Penggunaan mekanik trading, Game yang memiliki konsep mekanisme trading sangat membantu menjaga aktifitas sosial antar pemain, dengan begitu sosialisasi akan tetap terjalin. Pemain dapat berinteraksi dengan pemain lainnya dan melakukan usaha untuk menukar kartu supply yang dimiliki dengan yang diinginkan. Penggunaan mekanik ini bertujuan agar dapat melatih pemain dalam mengambil keputusan dan mengajarkan secara langsung akibat dari keputusan-keputusan yang diambil tersebut.
4. Referensi visual kartun, Berdasarkan kepada kata kunci Fun, gaya kartun digunakan dalam visual perancangan ini untuk meningkatkan daya tarik terhadap target audience.

Dalam perancangan ini, digunakan beberapa mekanisme permainan sebagai penunjang konsep kreatif. Berikut macam-macam mekanisme permainan yang digunakan dalam perancangan:

1. Chit-Pull System, Biasa digunakan dalam War Games, yaitu mekanik untuk menjadikan token sebagai penanda sebuah aksi yang telah dilakukan oleh suatu pemain di medan perang atau papan permainan.
2. Hand Management, Mekanisme ini biasanya mengandalkan kartu-kartu yang ada ditangan pemain untuk memenangkan permainan. Jika pemain bisa mengatur kartu ditangannya, membuang yang jelek dan menyimpan kartu yang bagus untuk digunakan pada waktu yang tepat adalah salah satu contoh implementasi permainan dengan mekanisme hand management.
3. Set Collection, Tujuan digunakannya mekanisme ini adalah untuk mengajak para pemain mengumpulkan atau mengoleksi beberapa set barang.
4. Simulation, Permainan yang menggunakan mekanisme ini biasanya mencoba untuk mensimulasikan model kejadian, peristiwa atau situasi aktual.

5. Trading, Dengan mekanisme ini, pemain diperbolehkan saling bertukar kebutuhan dengan pemain lain. Catatan, bertukar disini bukan berarti ditukar dengan uang melainkan dengan barang dengan fungsional yang kurang lebih sama, misal kayu ditukar dengan bata, atau padi ditukar dengan batu.

### 3.3 Konsep Media

#### 1. Media Utama

Board game yang menjadi media utama dalam proyek tugas akhir ini akan mengemas secara menarik informasi tentang gaya hidup sehat yang akan menjadi materi pembelajaran bagi target sasaran. Buku panduan dan packaging yang sudah merupakan satu kesatuan dengan board game. Dengan gameplay yang telah didesain dengan baik, board game ini memiliki beberapa asset permainan sebagai berikut:

#### 2. Papan Permainan

Papan permainan akan berisi ilustrasi anatomi tubuh manusia yang dilengkapi dengan beberapa penjelasan singkat mengenai bagian-bagian tubuh penting yang harus dijaga kesehatannya dengan cara menjalani gaya hidup. Di dalamnya juga akan disediakan tempat untuk meletakkan deck kartu yang sudah tersedia.

#### 3. Kartu Nutrisi

Kartu nutrisi berisi kartu Makanan Sehat, Makanan Tidak Sehat, dan Air Mineral. Masing-masing memiliki tingkat kualitas nutrisi yang berbeda namun sama-sama berguna untuk menunjang kesehatan tubuh.

#### 4. Kartu Aktivitas

Deck kartu ini berisi kartu Olahraga, Pekerjaan, dan Istirahat Cukup. Masing-masing kartu memiliki kekuatan untuk membantu pemain mempelajari tentang mengatur jadwal dengan baik dengan menyeimbangkan aktifitas dengan asupan nutrisi yang cukup.

#### 5. Kartu Kekuatan Otak

Kartu ini merepresentasikan kekuatan pikiran yang memiliki fungsi special. Kartu ini bisa didapatkan apabila pemain telah tercukupi kebutuhan nutrisinya, lalu dapat menggunakannya sebagai kekuatan lebih untuk mencapai victory point.

#### 6. Token dan Quest Board

Berfungsi sebagai penanda pembuat event yang berguna sebagai pelempar dadu. Token akan digilir setiap satu putaran.

### 3.4 Konsep Visual

Berdasarkan dari konsep kreatif yang digunakan maka telah dihasilkan konsep visual yang digunakan dalam perancangan tugas akhir ini, sebagai berikut:

#### 1. Tata letak/ layout

Tata letak/layout yang digunakan berdasar kepada kata kunci Fun, dengan pengelolaan objek visual yang dinamis. Objek headline akan menjadi objek yang lebih ditonjolkan dalam perancangan media ini. Namun, tetap memperhatikan proporsional dan keseimbangan dari layout.

#### 2. Tipografi

Konsep tipografi pada perancangan media ini menggunakan tipe font sans serif dan decorative karena bentuknya yang casual dan dinamis. Untuk nama board game akan menggunakan huruf dekoratif yang diberi sentuhan improvisasi agar terlihat lebih menarik. terlihat lebih menonjol dibandingkan objek lain, agar dapat menarik perhatian target audiens. Sedangkan pada bagian body text digunakan jenis huruf sans serif yang sederhana sesuai usia target sasaran agar lebih mudah dibaca.

#### 3. Ilustrasi

Berdasarkan kata kunci Fun, konsep ilustrasi yang digunakan ialah bergaya ilustrasi kartun. Selain itu, ilustrasi kartun ialah ilustrasi yang digemari dan mudah ditangkap oleh semua usia. Ilustrasi yang digambarkan merupakan representasi dari objek yang sebenarnya. Dalam perancangan ini tidak ada tokoh tertentu untuk diperankan oleh pemain, desain karakter akan digunakan untuk cover board game sebagai representasi perwakilan pemain yang sedang menjalani gaya hidup sehat. Namun tidak menutup kemungkinan beberapa karakter akan muncul di dalam beberapa kartu sebagai pendukung.

#### 4. Warna

Mengacu pada kata kunci Fun dan strategi, warna yang digunakan adalah perpaduan warna kontras antara biru dan kuning atau oranye. Warna untuk objek cenderung variatif, tergantung dengan karakter atau objek yang direpresentasikan. Konsep pada pewarnaan media ini akan megadaptasi warna dari permainan Euphoria.

### 3.5 Konsep Bisnis

Karena board game ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya Indonesia, tentu diperlukan konsep bisnis untuk mengenalkan sekaligus memasarkan board game ini. Dalam pemasaran, Kummara selaku pemberi proyek diharapkan dapat membantu penulis dalam proses produksi dan distribusi karena tentunya akan ada banyak perbaikan dan persiapan untuk memasuki dunia perindustrian. Banyak hal-hal yang dapat ditemukan dalam jejak kesuksesan Kummara dalam industri board game dalam hal pengenalan dan penjualan. Board game ini akan diikuti sertakan dalam ajang board game dalam lingkup lokal, nasional, hingga Internasional. Board game ini juga akan dipasarkan melalui media offline seperti toko dan café board game, serta media online seperti media social dan website.

Promosi juga akan dilakukan dengan memanfaatkan media offline maupun online. Dengan media offline seperti penyebaran poster, flyer, brosur, X-banner, stiker, dan kartu nama serta beberapa iklan cetak tentu akan sangat membantu perluasan informasi mengenai board game ini. Tidak sampai di sana, sosial media dan iklan online juga cukup berpengaruh dalam hal promosi di jaman teknologi informasi dan komunikasi seperti sekarang ini ditambah target sasaran yang merupakan pengguna aktif teknologi tersebut. Maka dari itu akan dibuat beberapa poster online dan cuplikan video promosi board game ini.

### 3.6 Hasil Media Utama

#### 1. Gameplay

Masyarakat perkotaan tentunya banyak yang menjalani gaya hidup tidak sehat, namun tidak sedikit pula yang berusaha memperbaiki pola hidupnya menjadi lebih baik. Hal itu pasti akan terasa jauh lebih mudah apabila dijalani bersama teman untuk saling mengingatkan dan memberi support.

Sesuai dengan namanya Shape Up!, tujuan permainan ini adalah pemain saling membantu untuk memperbaiki kondisi tubuh yang sebelumnya melalui gaya hidup tidak sehat menjadi tubuh yang lebih baik kondisinya karena menjalani gaya hidup sehat.

Shape Up! dapat dimainkan oleh 2-4 orang pemain. Setiap pemain harus bekerjasama menjalani gaya hidup sehat untuk mencapai tubuh yang ideal. Selama berusaha menjalani gaya hidup sehat tentu saja akan ada banyak tantangan yang harus dilalui. Namun seiring berjalannya permainan, victory point akan terkumpul dan pemenang merupakan pemain yang berhasil mengumpulkan victory point terbanyak.

#### 2. Alur Permainan

Setiap Pemain mengambil 6 kartu dari dari deck Kartu Supply. Pemain dapat melakukan aksi sesuai dengan quest (kumpulan kartu supply untuk membeli token dan kartu Kekuatan Otak) yang sudah tertera pada kartu yang dipegang oleh masing-masing pemain.

Aksi yang dilakukan dapat berupa pembelian token, pembelian Kartu Kekuatan Otak, dan trade kartu. Pemain akan mendapatkan victory point dari banyaknya token yang telah diletakkan pada papan permainan dan dari beberapa bonus yang tersedia dari Kartu Kekuatan Otak.

#### 3. Asset:

1. *Papan board game*
2. *Kartu Supply (Nutrisi dan Aktifitas)*

3. *Kartu Kekuatan Otak*
4. *Kartu Sehat*
5. *Papan Quest dan Token*
6. *Token Paten*

Visual Perancangan

1. Desain Kemasan



Gambar 1. Desain Kemasan  
Sumber : Arsip Pribadi

2. Logo



Gambar 2. Logo *Board Game*  
Sumber : Arsip Pribadi

3. Papan Permainan



Gambar 3. Desain Papan  
Sumber : Arsip Pribadi

4. Kartu Supply Aktivitas



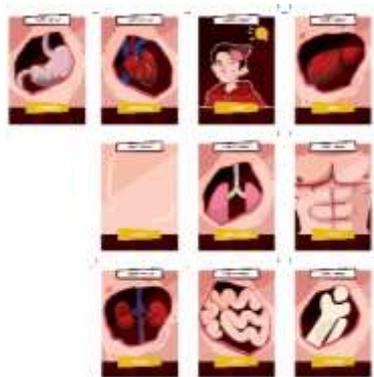
Gambar 4. Kartu Supply Aktivitas Positif dan Negatif  
Sumber : Arsip Pribadi

5. Kartu Supply Nutrisi



Gambar 4. Kartu Supply Nutrisi Positif dan Negatif  
Sumber : Arsip Pribadi

6. Kartu Sehat



Gambar 5. Kartu Sehat  
Sumber : Arsip Pribadi

### 7. Kartu *Quest*



Gambar 5. Kartu *Quest*

Sumber : Arsip Pribadi

### 8. Token



Gambar 5. Token

Sumber : Arsip Pribadi

## 5. Kesimpulan dan Saran

Masa remaja merupakan masa dimana terjadinya padat aktivitas yang mempengaruhi kondisi tubuh dalam berbagai aspek, dimana salah satunya merupakan aspek dalam kesehatan. Interaksi sosial menggunakan pemanfaatan teknologi dapat dilakukan dengan mudah menggunakan gadget, tanpa mempedulikan ruang dan waktu. Akan tetapi, tidak adanya pengendalian atas penggunaan gadget, dapat membuat para remaja menjadi kecanduan dan memberikan beberapa dampak negatif, diantaranya hilangnya keinginan masyarakat pada usia tersebut untuk berinteraksi sosial secara langsung, dimana hal tersebut dapat mempengaruhi sisi psikologis mereka. Selain itu kecanduan gadget dapat berdampak buruk pada pola hidup sehat mereka.

Data yang digunakan terdiri atas sumber data primer (observasi dan wawancara) dan sumber data sekunder (studi kepustakaan). Data diolah menggunakan metode analisis matriks perbandingan visual, dengan cara membandingkan tiga proyek sejenis yang di seajarkan dan di tarik kesimpulan yang berguna untuk konsep pada perancangan. Berdasarkan hasil penelitian selama perancangan Tugas Akhir ini, penulis menyimpulkan bahwa board game dapat menjadi salah satu media alternatif memberikan edukasi pada pemain melalui cara yang menyenangkan. Board game memiliki value yang menonjol yakni adanya interaksi sosial secara langsung. Dalam perancangannya, board game yang menarik harus ditunjang dengan mekanisme dan visualisasi yang baik. Melihat target audiens yang sedang dalam masa aktivitas padat dan kesibukkan, board game dirancang menggunakan pedoman kata kunci Fun atau menyenangkan, sehingga diperoleh konsep kreatif lainnya seperti penggunaan referensi visual kartun dan penggunaan mekanik treading sehingga tercipta komunikasi di dalamnya.

Dengan dirancangnya board game ini, diharapkan pemain khususnya remaja dapat memperoleh interaksi sosial yang cukup. Pemilihan tema kesehatan bertujuan agar remaja dapat menerapkan pola hidup sehat dalam keseharian mereka, sehingga kesadaran akan kesehatan akan tercipta.

Berdasarkan hasil perancangan board game Shape Up! dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut.

1. Untuk perancang selanjutnya, diharapkan dapat lebih mengembangkan tema-tema permainan dan memperbanyak referensi mekanisme permainan.
2. Kalangan pendidikan sebaiknya bekerja sama dengan para pembuat board game untuk menciptakan board game yang sesuai dengan materi edukasi agar dapat dicapai pembelajaran yang menyenangkan.

**Daftar Pustaka :**

- [1] Fullerton, Tracy. (2008). *Game Design Workshop*. 2nd edition. USA: Elsevier
- [2] Hurlock, E. (1980). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. fifth edition. Jakarta : Erlangga.
- [3] Kusrianto, Adi. (2007). *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- [4] Kusrianto, Adi. (2009). *Pengantar Desain Komunikasi Visual*. Yogyakarta: ANDI
- [5] Rohidi, Tjetjep Rohendi. (2011). *Metodologi Penelitian Seni*. Semarang: Cipta Prima Nusantara
- [6] Rustan, Suriyanto. (2009). *Layout Dasar dan Penerapannya*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- [7] Rustan, Suriyanto. (2011), *Font & Tipografi*, Jakarta, PT. Gramedia Pustaka Utama.
- [8] Schell, Jesse (2008). *The art of game design*. USA: Morgan Kaufmann Publisher.
- [9] Sihombing, Danton, (2001), *Tipografi dalam Desain Grafis*. Jakarta: Penerbit Gramedia Pustaka Utama
- [10] Soewardikoen, Didit Widiatmoko. (2013). *Metodologi Penelitian Visual*. Bandung: Dinamika Komunika
- [11] Dermawan, Agung. Masyarakat Perkotaan dan Masyarakat Pedesaan, <http://thomfilezone.blogspot.co.id/2011/11/masyarakat-perkotaan-dan-masyarakat.html>, (21 November 2017, 01:25 WIB)
- [12] Dermawan, Ade. Survey Gaya Hidup Sehat, <http://adedermawan123.blogspot.co.id/2013/04/survey-gaya-hidup-sehat.html>, (16 Oktober 2017, 17:32 WIB)
- [13] Haryanto. Perkembangan Psikologis Remaja, <http://belajarpsikologi.com/perkembanganpsikologis-remaja/>, (9 November 2017)
- [14] Haryanto, .Pengertian Remaja Menurut Para Ahli, <http://belajarpsikologi.com/pengertian-remaja/>, (6 November 2017)
- [15] Mayer, Brian., & Harris, Christopher. <http://crifmer.hubpages.com/>, (6 November 2017. 08:15)
- [16] Surur, Naharus. Gaya Hidup Sehat, <http://naharus.blogspot.co.id/2014/12/gaya-hidup-sehat.html>, (16 Oktober 2017, 16:44 WIB)
- [17] Pramudito, Bagus. Gaya Hidup Manusia Dan Psikologi Kesehatan, <http://www.safetyutama.com/2014/03/gaya-hidup-psikologi-kesehatan.html>, (16 Oktober 2017, 16:44 WIB)
- [18] Yosefina, Anna. Pengertian Pola Hidup Sehat Menurut Para Ahli, <http://www.kiat-sehat.com/pengertian-pola-hidup-sehat-menurut-para-ahli/>, (17 Oktober 2017, 07:19 WIB)
- [19] Yudha, Primanti, Pras dan Sifa. Gaya Hidup (Bergaya untuk Hidup), <https://sosiologibudaya.wordpress.com/2011/05/18/gaya-hidup/>, (16 Oktober 2017, 16:43 WIB)