

Rancangan Permainan Papan “Gizi Ceria” untuk Meningkatkan Kesadaran Nutrisi Sehat di Kalangan Anak-Anak

Designing the Board Game “Gizi Ceria” to Enhance Healthy Nutrition Awareness Among Children

Bayu Patra Hamdalla^{a,1}, Mhd. Rusdi Tanjung^{b,2}

^{a,b} Universitas Potensi Utama, JL. KL. Yos Sudarso Km. 6,5 No. 3-A, Medan, 20241, Indonesia
bpatrahamdalla@gmail.com¹, rsd.adi@gmail.com²

ABSTRAK

Board game semakin mendapatkan pengakuan sebagai salah satu media edukatif yang interaktif dan efektif dalam menyampaikan materi pembelajaran dengan cara yang menyenangkan. Anak-anak pada zaman modern ini cenderung kurang tertarik pada metode pembelajaran tradisional, terutama jika berkaitan dengan materi gizi dan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan board game berjudul "Gizi Ceria," yang ditujukan bagi anak-anak usia 6 hingga 12 tahun. Alasan utama dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk menyediakan alternatif metode pembelajaran yang mampu menarik minat anak-anak terhadap pentingnya mengonsumsi makanan sehat. Metode penelitian yang digunakan mencakup pengembangan desain visual dan materi edukatif yang disajikan secara menarik, dengan ilustrasi dan warna-warna cerah agar menarik perhatian anak-anak. Selain itu, pengamatan dilakukan saat anak-anak bermain board game "Gizi Ceria" untuk menilai efektivitasnya. Hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak tidak hanya tertarik dan terhibur, tetapi juga aktif dalam memahami dan mendiskusikan manfaat makanan sehat. Board game ini efektif meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan interaktif. "Gizi Ceria" dapat menjadi alternatif inovatif dalam edukasi gizi, menggantikan metode konvensional yang kurang diminati oleh anak-anak.

Kata Kunci: Board game, Edukasi gizi, Anak-anak, Permainan interaktif, Makanan sehat, Desain visual, Gizi seimbang.

ABSTRACT

Board games are increasingly recognized as an interactive and effective educational medium for delivering learning materials in an engaging way. Modern children tend to show less interest in traditional learning methods, especially when it involves nutrition and health topics. This research aims to develop a board game titled "Gizi Ceria," designed for children aged 6 to 12. The primary reason for conducting this study is to provide an alternative learning method that can attract children's interest in the importance of consuming healthy foods. The research method includes the development of visual design and educational content presented in a appealing manner, with bright colors and illustrations to capture children's attention. Additionally, observations were made while children played the "Gizi Ceria" board game to assess its effectiveness. Results indicate that children were not only interested and entertained but also actively engaged in understanding and discussing the benefits of healthy foods. This board game effectively enhances knowledge of balanced nutrition through a fun and interactive learning experience. "Gizi Ceria" serves as an innovative alternative in nutrition education, replacing conventional methods that may not appeal to children.

Keywords: Board game, Nutrition education, Children, Interactive games, Healthy foods, Visual design, Balanced nutrition.

Info Artikel :

Disubmit: 04 Septemer 2024

Direview: 08 Oktober 2024

Diterima : 05 November 2024

Copyright © 2024 – senadimu. All rights reserved.

1. PENDAHULUAN

Tata kelola gizi yang baik merupakan kunci utama dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak-anak. Nutrisi yang bersumber dari bahan pangan seperti buah-buahan, sayuran, protein, karbohidrat kompleks, dan lemak sehat berperan penting dalam menunjang kebutuhan tubuh anak. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menekankan bahwa pemberian makanan sehat sejak dini merupakan langkah strategis untuk membentuk pola makan yang baik sepanjang kehidupan. Gizi seimbang tidak hanya menunjang pertumbuhan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan otak dan kesejahteraan mental anak. (Warsono, 2022)

Di sisi lain, asupan makanan yang kurang sehat dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan pada anak-anak. (Hasbi, 2017) Konsumsi berlebih gula, lemak jenuh, dan kalori menjadi penyebab utama obesitas dan gangguan metabolik, serta dapat berdampak pada kesehatan mental. American Academy of Pediatrics menyatakan bahwa pola makan tidak sehat dapat mengurangi daya konsentrasi, energi, dan mempengaruhi suasana hati anak. (Hornberger & Lane, 2021) Dengan demikian, orang tua dan masyarakat perlu memperhatikan pola makan anak agar kesehatan fisik dan mental mereka tetap terjaga.

Menurut data Survei Status Gizi Indonesia prevalensi obesitas anak di Indonesia mengalami peningkatan tajam. (Kemenkes RI, 2022) Kemenkes mencatat adanya lonjakan signifikan jumlah anak-anak dengan obesitas yang dipicu oleh pola makan tidak sehat, termasuk konsumsi makanan cepat saji dan minuman tinggi gula. Selain itu, laporan dari Kompas (2022) menyebutkan bahwa rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya makanan sehat turut berperan dalam meningkatnya angka obesitas pada anak-anak, terutama karena akses yang terbatas terhadap makanan bergizi.

Teknologi modern telah membawa perubahan signifikan dalam dunia desain grafis. Desain grafis dapat dipahami sebagai kombinasi antara seni dan praktik dalam menyampaikan pesan melalui elemen visual. (Bierut, 2015) Mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV) memiliki peran strategis dalam menyampaikan informasi terkait kesehatan kepada masyarakat, khususnya edukasi tentang gizi dan pola makan sehat bagi anak-anak. Dengan pendekatan kreatif, desainer dapat memanfaatkan teknologi untuk menciptakan media edukatif dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya makanan sehat.

Penggunaan media edukatif seperti *board game* telah terbukti mampu menarik minat dan memotivasi siswa, terutama di tingkat sekolah dasar. *Board game* tidak hanya menawarkan pengalaman belajar yang menyenangkan, tetapi juga menggabungkan interaksi sosial antara anak, orang tua, dan guru dalam memahami pentingnya pola makan sehat. Peran guru sangat menentukan dalam menciptakan kondisi yang mendukung proses pembelajaran di dalam kelas. (Rosarian & Dirgantoro, 2020) Salah satu upaya untuk mengatasi masalah gizi pada anak adalah melalui pengembangan permainan edukatif seperti "Gizi Ceria," sebuah *board game* yang dirancang untuk memberikan pemahaman mengenai makanan sehat melalui aktivitas bermain. Permainan ini menggabungkan unsur edukasi dan hiburan yang mendorong anak-anak untuk belajar sambil bermain bersama teman-teman mereka.

Dalam proses perancangan "Gizi Ceria," interaksi dan konsep permainan *puzzle* menjadi aspek penting. Dengan metode ini, anak-anak dapat secara aktif mempelajari berbagai jenis makanan sehat sambil berkolaborasi dan berkompetisi dalam suasana permainan yang menyenangkan. Harapannya, melalui permainan ini, kesadaran anak-anak akan pentingnya gizi seimbang dapat meningkat, sehingga mereka terdorong untuk membuat pilihan makanan yang lebih sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, interaksi dengan teman sebaya selama bermain diharapkan mampu memperkuat motivasi mereka dalam menjalani gaya hidup yang lebih sehat.

2. METODE

A. Metode Pengumpulan Data

Dalam metode penelitian, berbagai teknik pengumpulan data dapat diterapkan, beberapa di antaranya meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta analisis terhadap dokumen-dokumen terkait. (Hardani et al., 2020) Data yang dikumpulkan selama proses penelitian ini terbagi menjadi dua kategori utama, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer dikumpulkan melalui metode observasi serta wawancara. Observasi dilakukan dengan cara mengamati langsung perilaku dan aktivitas anak-anak di sekolah dasar, terutama di SDN 106829 yang berlokasi di Dusun Cempaka, Karang Anyar, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang. Melalui observasi ini, peneliti dapat memantau secara langsung bagaimana respon anak-anak terhadap topik yang sedang diteliti. Di samping itu, wawancara juga menjadi teknik yang esensial dalam pengumpulan data. Wawancara dilakukan dengan narasumber ahli, yaitu Dr. Mina, seorang dokter spesialis anak yang berpraktik di RSUD Sejiran Setason Bangka, Bangka Belitung. Wawancara dilakukan melalui aplikasi Halodoc dalam bentuk konsultasi via chat, dan informasi yang didapatkan melalui wawancara ini digunakan sebagai data penting dalam penelitian. Selain observasi dan wawancara, metode eksperimen juga diterapkan untuk menguji rancangan yang sedang dikembangkan. Eksperimen ini dilakukan dengan menguji penerapan rancangan pada kelompok sasaran yang telah ditentukan, sehingga peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas perancangan tersebut. Sementara itu, data sekunder dikumpulkan dari berbagai sumber literatur yang relevan, seperti buku-buku yang membahas tentang *board game*, ilustrasi, serta manfaat dari pola makan sehat. Kajian literatur ini dimaksudkan untuk memperdalam pemahaman peneliti terhadap berbagai aspek yang berkaitan dengan proses perancangan, serta memberikan landasan teori yang kuat untuk mendukung temuan-temuan dalam penelitian ini.

B. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode 5W + 1H sebagai pendekatan, yang mencakup pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut.

- **What** : Apa tantangan yang dihadapi dalam merancang *board game* "Gizi Ceria" untuk anak usia 6-12 tahun?
Tantangan yang dihadapi dalam merancang *board game* "Gizi Ceria" untuk anak usia 6-12 tahun adalah kebutuhan untuk menciptakan konten yang menarik dan edukatif. Hal ini mencakup penyederhanaan informasi gizi tanpa mengurangi nilai edukatifnya, serta perancangan komponen permainan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak.
- **When** : Kapan *board game* "Gizi Ceria" direncanakan untuk dipublikasikan?
Board game "Gizi Ceria" direncanakan untuk dipublikasikan setelah menyelesaikan tahap penyelesaian akhir.
- **Where** : Di mana *board game* "Gizi Ceria" akan dipublikasikan?
Board game "Gizi Ceria" akan dipublikasikan di Universitas Potensi Utama, tepatnya di gedung B lantai 4, dan akan diterapkan di sekolah SDN 106829 Beringin.
- **Who** : Siapakah target audiens yang dituju oleh *board game* ini?
Target audiens dari *board game* ini adalah anak-anak sekolah dasar berusia 6 hingga 12 tahun.
- **Why** : Kenapa *board game* ini memilih tema edukasi mengenai makanan sehat untuk anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun?
Board game ini mengusung tema edukasi mengenai makanan sehat untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak-anak tentang pola makan sehat sejak dini. Upaya ini penting

dalam membentuk kebiasaan makan yang baik dan mencegah masalah kesehatan yang dapat memengaruhi anak-anak.

- **How** : Bagaimana cara efektif untuk menarik minat anak dalam mengenal makanan sehat? Untuk menarik minat anak-anak dalam mengenal makanan sehat, dapat dilakukan melalui penggunaan *board game* yang dirancang untuk menyajikan informasi mengenai gizi dan pola makan sehat dengan cara yang menyenangkan.

C. Ide Kreatif

Dalam pengembangan *board game* berjudul "Gizi Ceria" yang bertujuan untuk mendidik anak-anak mengenai makanan sehat, penulis mengikuti serangkaian langkah. Proses ini mencakup penerapan metode berpikir, pemilihan tema yang relevan, identifikasi kelompok pengguna yang menjadi target, serta pengembangan strategi kreatif yang efektif.

1) Metode Berpikir

Pada tahap pengembangan metodologi berpikir, pengkarya menggunakan pendekatan mind mapping dalam perancangan *board game* yang berjudul "Gizi Ceria." *Mind mapping* dipilih sebagai teknik yang efektif untuk menggali ide-ide kreatif dan merumuskan solusi terhadap beragam permasalahan yang dihadapi dalam proses pengembangan. Dengan memanfaatkan metode ini, pengkarya dapat menyusun konsep dengan lebih sistematis dan terstruktur, sehingga setiap elemen dari *board game* dapat dioptimalkan.



Gambar 1. Desain Logo
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

Pengkarya memutuskan untuk menggunakan *board game* sebagai media pembelajaran yang paling sesuai untuk anak-anak di tingkat sekolah dasar. *Board game* ini dirancang dengan konsep yang tidak hanya interaktif, tetapi juga edukatif, dengan tujuan utama untuk meningkatkan kesadaran serta pengetahuan anak-anak mengenai pentingnya makanan sehat. Untuk memastikan bahwa *board game* ini dapat menarik perhatian anak-anak, desain ilustrasi yang digunakan haruslah sesuai dengan kelompok usia mereka. Hal ini mencakup berbagai aspek penting, seperti pemilihan tipografi, kombinasi warna, tata letak, dan ilustrasi yang menarik. Dengan demikian, setiap elemen desain berkontribusi pada pengalaman belajar yang menyenangkan dan efektif bagi anak-anak.

2) Tema

Asupan gizi yang memadai merupakan elemen krusial dalam menciptakan sumber daya manusia berkualitas. Jika kebutuhan gizi tidak terpenuhi, proses pertumbuhan dan perkembangan bisa terhambat dan tidak berjalan secara optimal. (Purba et al., 2021) Konsep “Makanan Sehat” diadopsi sebagai fondasi dalam pengembangan *board game* edukatif yang dirancang khusus untuk anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun. Pilihan ini didasarkan pada pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan elemen bermain, yang terbukti efektif dalam mendukung proses pendidikan di kalangan anak-anak. Metode belajar sambil bermain tidak hanya membuat pembelajaran lebih menyenangkan, tetapi juga meningkatkan retensi informasi, sehingga anak-anak dapat memahami konsep gizi dengan lebih baik.

Dalam upaya menciptakan daya tarik visual yang tinggi, ilustrasi digunakan untuk menyampaikan pesan secara efektif dan akurat. (Bachtar, 2019) *Board game* ini akan menyertakan ilustrasi yang mengadopsi gaya kartun dengan tema yang ceria dan penuh warna. Pendekatan ini bertujuan untuk menarik perhatian anak-anak dan memberikan pengalaman bermain yang nyaman dan menyenangkan. Dengan memanfaatkan ketertarikan anak-anak terhadap karakter kartun yang akrab di mata mereka, serta pemilihan palet warna yang menarik dan harmonis, diharapkan *board game* ini tidak hanya berfungsi sebagai alat edukasi, tetapi juga sebagai produk yang mampu menghadirkan kesenangan. Dengan demikian, *board game* “Gizi Ceria” diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung pengembangan pengetahuan tentang pentingnya makanan sehat di kalangan anak-anak.

3) Konsep Permainan

Konsep permainan ini mengusung tema "Makanan Sehat Melawan Bakteri," di mana dua pemain akan berperan dalam dua tim yang saling berhadapan untuk meraih kemenangan.

- Jumlah Pemain

Permainan ini dirancang untuk dimainkan oleh dua orang, di mana setiap pemain akan mengambil peran dari dua tim yang tersedia: Tim Makanan Sehat dan Tim Bakteri.

- Jumlah Pemain

- Tim Makanan Sehat: Berusaha mencapai garis finish dengan menyusun kepingan *puzzle* untuk menciptakan jalur yang utuh, tanpa terhalang oleh Tim Bakteri.
- Tim Bakteri: Bertugas menghalangi Tim Makanan Sehat agar tidak dapat mencapai garis finish dengan menggunakan kepingan *puzzle* sebagai penghalang.

- Persiapan Permainan

- Pembagian Peran: Setiap pemain memilih salah satu peran yang ada, yaitu Tim Makanan Sehat atau Tim Bakteri.

- Papan Permainan: Papan permainan memiliki dimensi 6x6 kotak (total 36 kotak), dengan beberapa kotak berwarna yang memiliki fungsi khusus:
- Kotak Hijau: Menjadi titik awal bagi Tim Makanan Sehat; Tim Bakteri tidak diperbolehkan menempatkan kepingan *puzzle* di area ini.
- Kotak Merah: Area di mana Tim Bakteri dapat menggunakan kepingan *puzzle* spesial.
- Kepingan *Puzzle*
 - Tim Makanan Sehat: Diberikan 18 kepingan *puzzle* secara acak dengan variasi tingkat kesulitan.
 - Tim Bakteri: Diberikan 4 kepingan *puzzle*, yang terdiri dari 2 kepingan standar dan 2 kepingan spesial.
- Aturan Permainan
 - Tim Makanan Sehat:
 - Pemain dari Tim Makanan Sehat akan memilih dan menempatkan kepingan *puzzle* pada papan permainan untuk membentuk jalur dari titik awal menuju garis finish.
 - Pemain perlu mempertimbangkan strategi dalam memilih dan menempatkan kepingan *puzzle* untuk menghindari penghalang dari Tim Bakteri.
 - Tim Bakteri:
 - Pemain dari Tim Bakteri akan menempatkan kepingan standar di papan permainan untuk menghalangi jalur yang dibentuk oleh Tim Makanan Sehat.
 - Kepingan standar dapat dipindahkan selama tidak diletakkan di area hijau.
 - Kepingan spesial hanya dapat digunakan di area merah dan memiliki kemampuan untuk menghilangkan kepingan *puzzle* dari Tim Makanan Sehat atau menutup jalur mereka.
- Kondisi Kemenangan
 - Tim Makanan Sehat: Menang jika berhasil mencapai garis finish dengan menyusun jalur yang utuh.
 - Tim Bakteri: Menang jika Tim Makanan Sehat gagal mencapai garis finish dan tidak ada jalur sambungan yang tersisa pada kepingan *puzzle*.
- 4) Target Pengguna
Penentuan target pengguna merupakan langkah krusial dalam mengidentifikasi audiens untuk *board game* "Gizi Ceria." Target pengguna ini dibagi menjadi tiga kategori utama, yaitu demografis, psikografis, dan geografis. Penjelasan mengenai masing-masing kategori adalah sebagai berikut:
 - Demografis
 - Kelompok Usia : 6 hingga 12 tahun
 - Jenis Kelamin : Laki-laki dan Perempuan
 - Geografis
Pengkarya berfokus pada masyarakat umum sebagai target pengguna *board game* "Gizi Ceria," dengan perhatian khusus terhadap wilayah Kota Medan dan kecamatan Beringin.
 - Psikografis

Target pengguna juga mencakup orang tua yang memiliki kepedulian terhadap edukasi gizi serta pola makan yang sehat bagi anak, guru-guru sekolah dasar yang berupaya menerapkan pendekatan belajar sambil bermain, dan anak-anak yang gemar berinteraksi serta bermain dengan teman sebaya mereka.

5) Target Pengguna

Strategi kreatif mencakup tahapan perencanaan yang bertujuan untuk menetapkan desain, konten, serta metode penyampaian pesan yang akan diterapkan sebelum memasuki fase pengembangan desain visual. Berikut adalah beberapa elemen dari strategi kreatif yang telah dirumuskan oleh para pengkarya:

- Pesan yang Disampaikan (*What to Say*)
Pengkarya menetapkan bahwa *board game* “Gizi Ceria” ditujukan untuk masyarakat luas, dengan fokus utama pada penduduk Kota Medan, khususnya di kecamatan Beringin.
- Metode Penyampaian (*How to Say*)
Dalam konteks strategi ini, pengkarya merancang permainan dengan tema "makanan sehat melawan bakteri." Papan permainan memiliki bentuk kotak menyerupai catur, yang mengharuskan Tim Makanan Sehat untuk mengatasi berbagai rintangan yang dihadapi oleh Tim Bakteri dengan menyusun potongan *puzzle* yang telah dibagi, guna menciptakan jalur menuju garis finish. Setiap potongan *puzzle* yang diperuntukkan bagi Tim Makanan Sehat dilengkapi dengan informasi gizi serta ilustrasi makanan yang dapat dilihat oleh anak-anak saat bermain. Di sisi lain, potongan *puzzle* untuk Tim Bakteri menampilkan ilustrasi bakteri dan penyakit, beserta informasi terkait. Papan permainan juga berfungsi sebagai media informasi, di mana setiap kotak menyajikan manfaat dari berbagai vitamin.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pembahasan

Board game adalah jenis permainan interaktif yang melibatkan partisipasi aktif para pemainnya, bertujuan untuk menstimulasi kreativitas mereka. (Baskoro et al., 2015) *Board game* tidak hanya sekadar hiburan, tetapi juga bisa menjadi alat edukatif yang efektif, terutama bagi anak-anak. Dalam konteks edukasi, *board game* mampu menyampaikan pesan dan konsep yang kompleks dengan cara yang lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak, karena aktivitas bermain adalah suatu hal yang sangat identik dengan dunia anak-anak. (Prasti Diva Fadhlika, Widyasari, 2023) Misalnya, *board game* yang mengajarkan tentang makanan sehat dapat memberikan informasi mengenai gizi seimbang, kebiasaan makan yang baik, dan pentingnya memilih makanan yang tepat melalui interaksi dan permainan yang menyenangkan.

Sebagai media edukasi, *board game* berfungsi untuk meningkatkan keterlibatan anak-anak dalam proses belajar. *Board game* memungkinkan anak-anak untuk belajar melalui pengalaman langsung, memecahkan masalah, dan berinteraksi dengan teman-teman mereka. Dalam jurnal disebutkan bahwa, Permainan *board game* dapat menjadi sarana pembelajaran yang menyenangkan karena memfasilitasi interaksi langsung dan pengalaman belajar yang bersifat aktif dan partisipatif. Dengan demikian, *board game* tidak hanya mendorong anak untuk berpikir kritis dan kreatif, tetapi juga membangun keterampilan sosial dan komunikasi melalui kerja sama dalam permainan.

Salah satu jenis *board game* yang populer untuk edukasi adalah *board game* berbasis *puzzle*. *Board game puzzle* menawarkan manfaat lebih dalam hal pengembangan keterampilan kognitif dan motorik anak. (Dwi Permata, 2020) *Puzzle* menuntut anak untuk berpikir logis, memecahkan masalah, dan

mengkoordinasikan gerakan tangan serta mata. Proses menyusun *puzzle* juga mengajarkan anak untuk bersabar dan teliti, sementara secara bersamaan mengembangkan kemampuan mereka untuk bekerja sama dan berkomunikasi dengan baik. Berdasarkan penelitian, *board game* dengan elemen *puzzle* tidak hanya mengasah kemampuan berpikir kritis, tetapi juga membantu anak-anak untuk bekerja sama, meningkatkan komunikasi, dan memupuk kemampuan sosial. Oleh karena itu, *board game puzzle* dapat menjadi alat yang efektif untuk mengajarkan konsep-konsep penting seperti gizi seimbang dengan cara yang menarik dan interaktif.

Secara keseluruhan, penggunaan *board game*, khususnya yang berbasis *puzzle*, sangat bermanfaat dalam proses edukasi anak-anak. Selain membantu mereka memahami konsep-konsep penting seperti kesehatan dan gizi, *board game* juga mendukung perkembangan kognitif dan keterampilan sosial anak secara holistik melalui pengalaman bermain yang menyenangkan.

6) Desain Logo

Logo berfungsi lebih dari sekadar sebagai simbol atau gambar; ia mencerminkan identitas dan esensi dari merek yang diwakilinya. Dalam konteks komunikasi visual, logo memiliki tujuan untuk menyampaikan pesan yang jelas dan padat, sekaligus berperan dalam menciptakan kesan visual yang mudah diingat oleh audiens. (Airey, 2015) Oleh karena itu logo dirancang dengan tema playful, dengan kustomisasi pada elemen tipografi. Huruf "G" dimodifikasi menyerupai buah mangga, sementara huruf "I" diubah menjadi bentuk wortel. Di bagian bawah logo, terdapat elemen garpu dan sendok yang disusun membentuk senyuman.



Gambar 2. Desain Logo
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

- Warna

Respon psikologis dan fisiologis manusia akan dipengaruhi oleh persepsi terhadap warna. (Rifda, 2021) Pemilihan warna logo dalam penelitian ini mencakup kombinasi hijau, ungu, kuning, dan oranye yang selaras dengan tema playful. Setiap warna memiliki makna psikologis yang memberikan pengaruh positif bagi anak-anak.



Gambar 3. Warna Logo
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

Berikut adalah makna psikologis dari setiap warna:

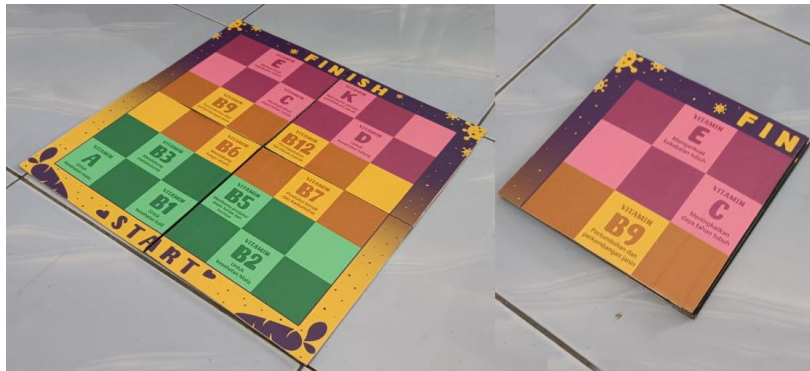
- Hijau: Diasosiasikan dengan kesehatan dan pertumbuhan, warna hijau melambangkan keseimbangan dan vitalitas, memberikan ketenangan, serta mendukung perkembangan anak.
 - Kuning dan Oranye: Keduanya melambangkan energi dan keceriaan, mampu merangsang semangat, optimisme, serta meningkatkan mood dan aktivitas anak-anak.
 - Ungu: Sering dikaitkan dengan kreativitas dan inspirasi, warna ungu dapat merangsang imajinasi dan berpikir kreatif, mendorong eksplorasi dan inovasi.
- **Tipografi**
Tipografi merupakan salah satu elemen krusial dalam desain grafis, karena memiliki dampak signifikan terhadap penyampaian dan penerimaan pesan oleh audiens. Pemilihan font tidak hanya bertujuan untuk mempermudah proses membaca, tetapi juga dapat memengaruhi emosional dan persepsi audiens terhadap pesan yang disampaikan. (Hyndman, 2016) Dalam logo ini, kata "Gizi" menggunakan font "SourGummy-Black," sementara "ceria" dikustomisasi secara khusus untuk menghasilkan karakter visual yang unik dan selaras dengan tema desain.

SourGummy-Black
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Gambar 4. Tipografi
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

7) Papan Permainan

Papan permainan sebagai media utama terbuat dari karton Grey board berukuran 42 x 42 cm dengan ketebalan 2 mm, dilapisi kertas stiker berdesain cerah untuk menarik minat anak-anak, dan dapat dilipat menjadi 21 x 21 cm dengan ketebalan 8 mm. Papan ini terdiri dari 36 kotak berukuran 6 x 6 cm yang tersusun secara horizontal dan vertikal, dilengkapi garis tepi selebar 3 cm. Setiap kotak didesain untuk menyampaikan informasi tentang manfaat vitamin bagi kesehatan, sehingga pemain dapat belajar secara interaktif saat bermain.



Gambar 5. Papan Permainan
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

8) Kepingan *Puzzle* Makanan Sehat

Kepingan *puzzle* menjadi komponen utama dalam permainan ini, di mana pemain harus menyusunnya untuk mencapai garis akhir. Terdapat 40 keping *puzzle* berbahan art carton 250gr berukuran 6 x 6 cm, dengan 18 keping dibagikan secara acak kepada pemain utama saat permainan dimulai. Setiap keping memiliki tingkat kesulitan yang berbeda:

- 11 keping jalur lurus
- 15 keping jalur tikungan
- 9 keping jalur pertigaan
- 5 keping jalur perempatan

Setiap keping juga dilengkapi ilustrasi dan informasi gizi tentang makanan sehat, sehingga pemain dapat belajar sambil bermain.



Gambar 6. Kepingan *Puzzle* Makanan Sehat
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

9) Kepingan Bakteri

Kepingan bakteri dalam permainan ini berfungsi menghalangi jalur *puzzle* makanan sehat menuju garis akhir. Setiap keping, berbahan art carton 250gr berukuran 6 x 6 cm, dilengkapi ilustrasi serta informasi mengenai bakteri dan penyakit terkait. Terdapat 4 kepingan lawan, terdiri dari 2 kepingan standar yang dapat menutup jalur dan digunakan berulang kali, serta 2 kepingan spesial yang hanya bisa digunakan sekali di area merah dengan kemampuan berbeda.



Gambar 7. Kepingan Bakteri
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

10) Kotak Kemasan

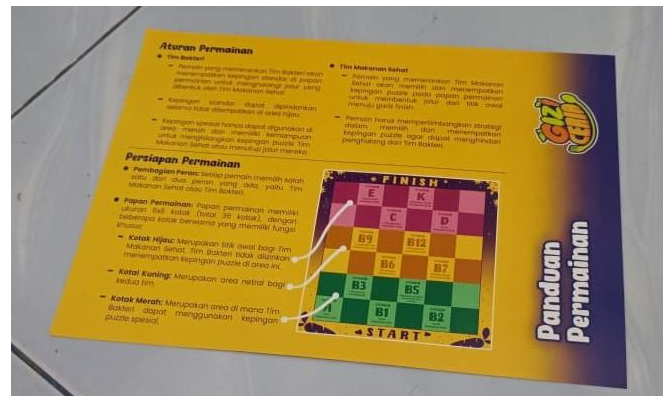
Kotak kemasan terdiri dari dua bagian, penutup yang terbuat dari kertas yellow board setebal 1 mm, berukuran 22,3 cm x 22,3 cm dengan tinggi 5,5 cm, dilapisi stiker glossy yang sudah didesain. Sementara itu, bagian bawah kemasan terbuat dari kertas grey board setebal 3 mm, berukuran 21,8 cm x 21,8 cm dengan tinggi 6 cm.



Gambar 8. Kotak Kemasan
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

11) Kertas Panduan

Kertas panduan berukuran A4 yang dapat dilipat ini berfungsi sebagai acuan utama bagi pemain untuk memahami aturan permainan dengan benar. Tanpa panduan ini, pemain akan kesulitan memahami cara bermain.



Gambar 9. Kertas Panduan
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

12) Mini Trofi

Mini trofi berfungsi sebagai penghargaan simbolis untuk pemenang. Terbuat dari grey board setebal 6 mm dan dilapisi kertas stiker yang sudah didesain, trofi ini memiliki ukuran lebar 6 cm dan tinggi 12 cm.



Gambar 10. Kotak Kemasan
(Sumber: Bayu Patra Hamdalla, 2024)

4. KESIMPULAN

Board game sebagai media pendidikan tentang makanan sehat untuk anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun menawarkan pendekatan yang menarik dan efektif. Metode pembelajaran ini, yang memadukan elemen permainan, menciptakan suasana interaktif yang mendorong anak-anak untuk belajar sambil bersenang-senang. "Gizi Ceria," sebuah *board game* yang mengajarkan manfaat makanan sehat, dirancang untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak sekaligus mendukung perkembangan kognitif dan motorik melalui permainan *puzzle*.

Selain berfungsi sebagai alat pendidikan, *board game* ini juga bertujuan untuk memperkuat interaksi sosial di antara anak-anak. Melalui permainan bersama teman-teman, mereka belajar bersosialisasi, berkompetisi secara sehat, dan membangun hubungan melalui pengalaman

menyenangkan. Aktivitas ini juga memperkuat daya ingat anak tentang manfaat makanan sehat, karena informasi tersebut sering diulang dalam konteks permainan.

Dengan demikian, "Gizi Ceria" tidak hanya berfungsi sebagai sarana edukasi, tetapi juga sebagai media yang merangsang kreativitas, kemampuan memecahkan masalah, dan interaksi sosial anak-anak. Ini memberikan dampak positif secara keseluruhan dalam aspek kognitif, sosial, dan pembentukan kebiasaan hidup sehat, menjadikannya inovasi pembelajaran yang bermanfaat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, saya dedikasikan skripsi ini kepada kedua orang tua tercinta, Ibunda Hj. Susriani dan Bapak H. Misnan. Skripsi ini berhasil diselesaikan berkat doa, kasih sayang, serta dukungan yang tiada henti dari kalian. Saya berharap hasil karya ini dapat menjadi wujud pencapaian yang membanggakan bagi kalian. Saya juga ingin menyampaikan ungkapan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan tugas akhir ini. Bantuan dan dukungan kalian sangat berharga dalam perjalanan akademik saya.

REFERENSI

- [1] Airey, D. (2015). *A guide to creating iconic brand identities Second edition*. www.newriders.com
- [2] Bachtiar, M. (2019). UPT Perpustakaan ISI Yogyakarta. *Perancangan Program Acara Televisi Feature Eps. Suling Gamelan Yogyakarta*, 1–109.
- [3] Baskoro, R., Widhiyasa, A., Suradi, H., & Wulandari, A. (2015). *Rencana Pengembangan Permainan Interaktif Nasional*.
- [4] Bierut, M. (2015). *How to Use Graphic Design to Sell Things, Explain Things, Make Things Look Better, Make People Laugh, Make People Cry, and (every Once in a While) Change the World*. 320 pages.
- [5] Dwi Permata, R. (2020). Pengaruh Permainan Puzzle Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Anak Usia 4-5 Tahun. *PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 5(2), 1–10. <https://doi.org/10.29407/pn.v5i2.14230>
- [6] Hardani, Ustiawaty, J., Andriani, H., Fatmi Utami, E., Rahmatul Istiqomah, R., Asri Fardani, R., Juliana Sukmana, D., & Hikmatul Auliya, N. (2020). Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. In *Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu* (Issue Maret).
- [7] Hasbi, D. M. (2017). *MODUL 5 Diklat Dasar Dalam Jaringan (Daring) Bagi Pendidik PAUD Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*. 1–68.
- [8] Hornberger, L. L., & Lane, M. A. (2021). Identification and management of eating disorders in children and adolescents. *Pediatrics*, 147(1), 1–23. <https://doi.org/10.1542/PEDS.2020-040279>
- [9] Hyndman, S. (2016). *Why fonts matter* (p. 144).
- [10] Kemenkes RI. (2022). Status Gizi SSGI 2022. *BKPK Kemenkes RI*, 1–156. https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awr1TXopzHJm13UHIgDLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1718828202/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fpromkes.kemkes.go.id%2Fpub

%2Ffiles%2Ffiles52434Buku%2520Saku%2520SSGI%25202022%2520rev%2520210123.pdf/RK=2/RS=ua_K

- [11] Prasti Diva Fadhlika, Widyasari, D. A. N. (2023). *Upaya Pengenalan Rempah-Rempah Indonesia Pada Anak Usia 7-10*. 4(2), 85–93.
- [12] Purba, D. H., Kushargina, R., Ningsih, W. I. F., Lusiana, S. A., Rasmaniar, T. L., Triatmaja, N. T., Purba, A. A. M. V., Hapsari, S. W., Asrianto, & Utami, N. (2021). Kesehatan dan Gizi Untuk Anak. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Issue Mi).
- [13] Rifda, A. (2021). *11 Arti Warna dalam Psikologi dan Filosofinya*. Gramedia Blog. <https://www.gramedia.com/best-seller/arti-warna-dalam-psikologi-dan-filosofinya/>
- [14] Rosarian, A. W., & Dirgantoro, K. P. S. (2020). Upaya Guru Dalam Membangun Interaksi Siswa Melalui Metode Belajar Sambil Bermain [Teacher'S Efforts in Building Student Interaction Using a Game Based Learning Method]. *JOHME: Journal of Holistic Mathematics Education*, 3(2), 146. <https://doi.org/10.19166/johme.v3i2.2332>
- [15] Warsono, D. (2022). *Menjaga Kesehatan Anak Dengan Eating Clean*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1057/menjaga-kesehatan-anak-dengan-eating-clean