

## BUKU CERITA INTERAKTIF TENTANG IKAN KEMBUNG SEBAGAI SUMBER OMEGA-3 BALITA DI KOTA PALEMBANG

**M. Ihsan Nugraha<sup>1</sup>, Yosef Yulius.<sup>2</sup> Husni Mubarat<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Prodi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Ilmu Pemerintahan dan Budaya,  
Universitas Indo Global Mandiri, Jl. Jend Sudirman Km.4 No. 62, 20 Ilir D. IV, Kec. Ilir Tim. I,  
Kota Palembang, Sumatera Selatan 30129  
Email Korespondensi: [ihsannugraha10@gmail.com](mailto:ihsannugraha10@gmail.com)

Received: 9 November 2024

Revised: 19 November 2024

Accepted: 19 Desember 2024

**Abstrak:** Seribu Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan periode krusial dalam tahap perkembangan anak. Beberapa yang memengaruhi proses ini meliputi aspek fisik, sosial, emosional, dan kognitif. Pada saat tersebut, otak anak-anak dapat membuat seribu koneksi saraf baru disetiap detiknya. Diantara usia dua hingga enam tahun, terjadi pertumbuhan yang pesat dibagian otak yang bertanggung jawab atas kemampuan kognitif. Nutrisi yang mempengaruhi perkembangan kognitif pada anak ialah omega-3 yang merupakan kandungan gizi yang terdapat di makanan salah satunya ikan kembung. Namun ikan kurang populer di kalangan anak-anak, alasan anak-anak tidak menyukai ikan adalah karena bau amis serta kurangnya pemahaman tentang manfaat kandungan gizi yang terdapat dalam ikan terutama ikan kembung oleh orang tuanya. Namun, permasalahan ini dapat diatasi dengan keilmuan Desain Komunikasi Visual yang memegang peran penting dalam menghasilkan buku cerita interaktif yang dapat mengajak orang tua dan anak untuk lebih mengenal dan mengkonsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3.

**Kata Kunci:** Omega-3, Orang Tua, Anak-anak, Buku Cerita Interaktif

**Abstract:** *The First Thousand Days of Life (HPK) is a crucial period in a child's development. Several factors influence this process, including physical, social, emotional, and cognitive aspects. During this time, a child's brain can form a thousand new neural connections every second. Between the ages of two and six, there is rapid growth in the brain regions responsible for cognitive abilities. Nutrition that affects cognitive development in children includes omega-3, a nutrient found in foods such as mackerel. However, fish is less popular among children. The reasons children dislike fish include its fishy smell and a lack of understanding about the nutritional benefits of fish, especially mackerel, by their parents. This issue can be addressed through the knowledge of Visual Communication Design, which plays an important role in creating interactive storybooks that can encourage parents and children to better understand and consume mackerel as a source of omega-3.*

**Keywords:** *Omega-3, Parents, Children, Interactive Storybook*

## **PENDAHULUAN**

Seribu Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan periode krusial dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa dimensi yang memengaruhi proses ini meliputi aspek fisik, sosial, emosional, dan kognitif. Peristiwa-peristiwa yang terjadi selama fase awal ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak dalam tahun-tahun yang akan datang (Nurhidayati *et al.*, 2023). Di antara usia dua hingga enam tahun, terjadi pertumbuhan yang pesat dibagian otak yang bertanggungjawab atas kemampuan berbicara, membaca, dan menulis. Selain itu, anak-anak juga sudah mulai belajar untuk mengelola emosi mereka dan mengembangkan keterampilan sosial dan emosional mereka (Ruslianti *et al.*, 2023). Kesehatan otak memiliki peran yang sangat penting dalam memelihara fungsi kognitif dan kualitas hidup seseorang. Nutrisi yang sesuai memegang peranan penting dalam mendukung kesehatan otak, memastikan bahwa kebutuhan nutrisi esensial untuk pertumbuhan dan fungsi sel-sel otak terpenuhi (Handayani and Olahraga, 2023). Oleh karena itu diperlukan Omega-3 untuk membantu perkembangan otak pada anak-anak.

Omega-3 merupakan asam lemak yang sangat diperlukan oleh tubuh dan memiliki peranan krusial dalam perkembangan janin, fungsi otak, kesehatan jantung, dan sistem kekebalan tubuh. Omega-3 merupakan jenis asam lemak tak jenuh ganda atau *Polyunsaturated Fatty Acid* (PUFA) yang mengandung DHA dan EPA. DHA dan EPA, yang banyak terdapat dalam cerebrum, dianggap penting untuk kapasitasnya. DHA secara cepat terakumulasi di otak selama masa gestasi, dan ketersediaan DHA melalui transfer dari penyimpanan ibu berpengaruh pada tingkat penggabungan DHA ke dalam jaringan saraf (Yudanti *et al.*, 2023).

Omega-3 tersedia secara luas dalam kehidupan sehari-hari, baik dari makanan yang sering dikonsumsi maupun suplemen yang tersedia di pasaran bebas. Selain mudah didapat, memenuhi kebutuhan nutrisi dari omega-3 juga terjangkau. Salah satunya yang paling banyak beredar di sekitar masyarakat adalah ikan kembung, bahkan kandungannya lebih banyak dibanding penggunaan suplemen sehingga kebutuhan Omega-3 sehari-hari dapat terpenuhi dengan mengonsumsi ikan kembung.

Ikan kembung (*Rastrelliger sp*) atau dalam penyebutan bahasa Inggris disebut sebagai *Chub Mackarels* merupakan ikan laut yang masih berkerabat dengan ikan tongkol dan makarel. Ikan kembung adalah jenis ikan kecil yang hidup secara berkelompok di lautan, memakan plankton, dan berasal dari keluarga *Scombridae*, yang juga mencakup ikan tuna, ikan tongkol, ikan cakalang, dan ikan lemuru (Zadrakh Umbu Turupaita, Yahyah and Sprabadevi A. Saraswati, 2023). Ikan kembung memiliki kandungan asam lemak omega-3 yang cukup tinggi, menurut Dr. Ir. Diah M. Utari, M.Kes, kandungan Omega-3 dalam ikan kembung mencapai 2,6 gram, sementara dalam ikan salmon hanya sekitar 1,4 gram. Selain kandungan DHA dan Omega-3, ikan kembung juga kaya akan vitamin yang sangat dibutuhkan terutama untuk pertumbuhan anak. Kandungan vitamin B12, vitamin D, dan juga fosfor yang tinggi menjadikan ikan kembung bermanfaat, terutama bagi anak-anak. Oleh karena itu, ikan kembung sangat direkomendasikan untuk mendukung pertumbuhan otak dan perkembangan pada anak-anak sejak dini (Ratnasari *et al.*, 2021).

Masalah utama dalam perancangan ini adalah karena Indonesia tergolong sebagai salah satu negara yang menghadapi masalah gizi buruk, menduduki peringkat ke-17 dari 117 negara di dunia. Saat ini, Indonesia menghadapi tiga masalah gizi utama, yaitu stunting (tinggi badan di bawah standar), *wasting* (kekurangan gizi yang menyebabkan kurus), dan *overweight* (kelebihan berat badan) (Lukman, 2023). Anak-anak yang mengalami kekurangan gizi memiliki kecenderungan untuk mengalami perkembangan otak yang tertunda, sehingga mengakibatkan keterlambatan dalam mencapai berbagai tahapan perkembangan kognitif.

Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Richard Lynn dan David Becker di Ulster Institute pada tahun 2019, ditemukan bahwa rata-rata skor IQ penduduk Indonesia adalah 78,49. Hal ini menempatkan Indonesia sebagai negara dengan peringkat kedua terendah di Asia Tenggara. Di sisi lain, Singapura menunjukkan skor IQ tertinggi di kawasan tersebut, mencapai 105,89. Vietnam dan Thailand memiliki rata-rata skor IQ masing-masing 89,53 dan 88,87. Malaysia dan Brunei Darussalam memiliki skor IQ rata-rata sebesar 87,58. Filipina dan Laos, di sisi lain, mencatat skor IQ masing-masing sebesar 81, 64

dan 80,99. Sementara Timor Leste menduduki peringkat terbawah dengan IQ 78,49 (Saputra, 2021).

Solusi untuk mengatasi hal ini, anak-anak terkhususnya yang berada di kota Palembang diberikan sosialisasi tentang pentingnya mengkonsumsi ikan kembung dengan harapan dapat meningkatkan minat mereka terhadap ikan. Salah satu alasan anak-anak tidak menyukai ikan adalah karena bau amis yang dimilikinya serta kurangnya pemahaman tentang manfaat dan kandungan gizi yang terdapat dalam ikan terutama ikan kembung. Oleh karena itu, penulis ingin merancang sebuah media komunikatif yang dapat mengkomunikasikan kepada masyarakat betapa pentingnya konsumsi omega-3 bagi anak-anak melalui ikan kembung agar pertumbuhan otaknya dapat bertumbuh dengan baik melalui buku cerita interaktif di dalam kampanye kepada masyarakat dengan harapan kampanye tersebut dapat terkomunikasi dengan mudah dan dapat dipahami oleh masyarakat kota Palembang agar terhindar dari gizi buruk dan gangguan perkembangan otak pada anak-anak di kota Palembang.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam perancangan kampanye buku cerita interaktif sebagai media konsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3 bagi anak usia dini di kota Palembang menggunakan metode *design thinking*. Menurut Kelley dan Tim Brown, *design thinking* merupakan suatu pendekatan inovatif yang berfokus pada kebutuhan manusia, yang menggabungkan prinsip-prinsip dari bidang desain untuk menyatukan kebutuhan individu, potensi teknologi, serta persyaratan bisnis guna mencapai kesuksesan (Lazuardi and Sukoco, 2019). Adapun metode *design thinking* yang digunakan sebagai berikut:

### **A. Empathize**

Langkah pertama disebut "Empati" atau "*Empathize*", pada langkah ini penulis berusaha untuk memahami audiens, melibatkan wawancara, observasi, dan interaksi kepada audiens untuk mengidentifikasi masalah yang sebenarnya (Muarie, 2023). Adapun dua metode pengumpulan data pada tahap *empathize* yaitu sebagai berikut:

## 1. Pengumpulan Data Primer

Ditahap ini penulis melakukan wawancara untuk mendapatkan data data yang akurat mengenai ikan kembung dan omega-3 pada perkembangan otak anak-anak di usia dini dengan melakukan wawancara dengan pihak terkait seperti dokter dan ahli gizi dan orang yang mengerti mengenai ikan kembung, untuk lihat gambar 1 dan gambar 2.



**Gambar 1** Dokumentasi Wawancara Bersama Dr. Julius Anzar, Sp.A(K)  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024



**Gambar 2** Wawancara Mengenai Ikan Kembung Bersama Yuli Dwiyanti, S. Si., M. Pd  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

## 2. Pengumpulan Data Sekunder

Ditahap ini penulis melakukan pengumpulan data melalui *research website*, jurnal, dan buku untuk mendapatkan data pendukung pada perancangan ini.

### B. Define

Setelah tahap *empathize*, penulis memasuki tahap mendefinisikan, masalah yang perlu dipecahkan. Tahap ini penting karena penulis harus memahami dan menganalisis masalah secara detail, sehingga solusi yang tepat dapat ditemukan pada langkah berikutnya (Yulius and Pratama, 2021). Metode ini dapat membantu penulis dalam mengetahui dan mengevaluasi data-data secara rinci yang dapat membantu dalam menciptakan kampanye yang efektif. Penelitian deskriptif lebih fokus pada analisis melalui proses penyimpulan deduktif dan induktif, serta pada analisis dinamika hubungan antara fenomena yang diamati, menggunakan logika ilmiah (Adipura, Mubarat and Halim, 2021). Penulis menggunakan metode analisis 5W+1H sebagai berikut:

#### 1. What?

- a. Nutrisi adalah sesuatu zat yang masuk kedalam tubuh kita yang berfungsi sebagai penopang dalam tubuh manusia.
- b. Omega-3 merupakan nama populer dari asam *eikosapentanoat* yang merupakan bagian dari asam lemak.
- c. Omega-3 adalah asam lemak esensial yang tidak bisa diproduksi didalam tubuh manusia.
- d. Dampak dari kekurangan omega-3 yaitu otak pada anak-anak tidak tumbuh dengan baik. Karena otak juga berhubungan dengan kecerdasan jika kekurangan omega-3 dapat berdampak pada kecerdasan anak tersebut.
- e. Ikan kembung adalah ikan yang biasa dikonsumsi di sekitar masyarakat, ikan kembung memiliki genus *Rastrelliger* yang merupakan ikan air laut, kemudian ikan kembung ini adalah ikan pelagis yang hidup di samudra atau bagian laut yang berada di permukaan laut.

- f. Ikan kembung memiliki 3 jenis yaitu *Rastrelliger kanagurta* (ikan kembung jantan), *Rastrelliger brachysoma* (ikan kembung betina), dan *Rastrelliger faughni* (ikan kembung gepeng).

2. *Why?*

- a. Karena omega-3 merupakan nutrisi bagi otak sehingga dapat meningkatkan fungsi kognitif pada anak-anak.
- b. Karena omega-3 merupakan asam lemak esensial sehingga tubuh kita memerlukan asupan asam lemak esensial dari makanan karena tidak dapat di sintesis di dalam tubuh.
- c. Karena ikan kembung memiliki kandungan omega-3 yang tinggi sehingga dapat mencukupi kebutuhan omega-3 bagi anak-anak.
- d. Karena ikan kembung dapat ditemui dengan mudah dengan harga yang murah.
- e. Kurangnya minat anak-anak untuk memakan ikan kembung karena orang tuanya tidak mengenalkan untuk memakan ikan sejak dini.
- f. Sebagai sarana agar orang tua dan anak-anak dapat berkomunikasi dan mengenalkan untuk mengonsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3.

3. *Who?*

- a. Aspek Geografis
  - 1) Primer : Di kota Palembang.
  - 2) Sekunder : Di luar kota Palembang di sekitar Sumatera Selatan.
- b. Aspek Demografis
  - 1) Primer : Orang tua yang memiliki anak balita dengan usia 0-5 tahun, ibu rumah tangga, pegawai, pekerja kantoran, dengan tingkat pendidikan SMA atau sederajat dan perguruan tinggi.
  - 2) Sekunder : Anak-anak dengan rentang usia 6-10 tahun, semua kalangan.
- c. Aspek Psikografis
  - 1) Primer : Orang tua yang tidak peduli dengan nutrisi dan gizi pada anak.

2) Sekunder : Orang tua yang peduli dengan nutrisi dan gizi pada anak.

d. Aspek Behavioristik

1) Primer : Orang tua yang dengan gaya hidup tidak sehat kepada anaknya.

2) Sekunder : Orang tua yang menerapkan gaya hidup sehat dan pola gizi yang sehat kepada anaknya.

4. *When?*

a. Konsumsi omega-3 kepada orang tua dimulai sejak dini sebelum kelahiran anak.

b. Konsumsi omega-3 dimulai sejak dini dari umur 0-3 tahun.

c. Konsumsi ikan kembung dimulai sejak dini dari umur 6 bulan saat anak mulai belajar makan.

5. *Where?*

a. Omega-3 terkandung di berbagai jenis makanan, salah satunya yaitu ikan kembung.

b. Di Kota Palembang.

c. Di luar Kota Palembang mencakupi wilayah Sumatera Selatan.

6. *How?*

a. Gangguan kognitif pada anak-anak terjadi karena kurangnya asupan asam lemak omega-3 sebagai nutrisi otak pada anak sejak dini

b. Dengan mengenalkan anak-anak untuk mengkonsumsi ikan kembung sejak dini dimulai saat anak-anak sedang belajar makan.

c. Dengan membuat beberapa menu makanan berbasis ikan kembung dengan menu yang variatif sehingga anak tidak bosan dan anak mulai menyukai untuk mengkonsumsi ikan kembung sehingga anak tidak menjadi *peacky eather*.

d. Dengan mengedukasi orang tua tentang pentingnya nutrisi terutama omega-3 yang ada di dalam ikan kembung melalui keilmuan Desain Komunikasi Visual.



- e. Dengan menciptakan media interaktif yang menjadi sarana bagi orang tua untuk memberikan edukasi dan membuat anak-anak menjadi kenal dan tertarik untuk mengonsumsi ikan kembung.

### **7. Ideate**

Pada tahap ini merupakan tahap brainstorming di mana setiap ide diterima tanpa penilaian dan tujuannya adalah untuk menciptakan beragam gagasan yang dapat dieksplorasi lebih lanjut. Gagasan-gagasan tersebut bisa berupa sketsa, konsep, atau deskripsi verbal (Muarie, 2023). Pada perancangan ini, penulis memiliki gagasan untuk merancang media yang interaktif sehingga dapat memersuasi anak-anak untuk tertarik mengonsumsi ikan kembung untuk memenuhi kebutuhan Omega-3

### **8. Prototype**

Tahap dimulai dengan mengkonversi ide menjadi desain yang bisa diuji, seperti prototipe fisik, model digital, atau representasi model dari ide desain. Prototipe ini kemudian digunakan untuk menguji dan memvalidasi gagasan dengan pengguna. Tujuan utamanya adalah untuk memahami bagaimana *audience* akan berinteraksi dengan produk atau solusi yang diajukan (Muarie, 2023)

### **9. Test**

Setelah prototipe diuji secara langsung oleh *audience*, observasi dilakukan terhadap interaksi *audience* dengan prototipe tersebut. Selanjutnya, umpan balik dari *audience* dikumpulkan dan dievaluasi untuk memastikan apakah solusi yang diusulkan memenuhi kebutuhan dan harapan mereka (Muarie, 2023).

## **HASIL DAN DISKUSI**

Seni rupa dan desain merupakan medium untuk proses kreatif yang melibatkan berbagai elemen dasar, seperti menggambar, sketsa, ornamen, ilustrasi, dan nirmana, yang semuanya menjadi bagian penting dan tak terpisahkan dari dunia seni rupa dan desain (Mubarat and Ilhaq, 2021). Pada perancangan ini, penulis memiliki hasil dari pembahasan mengenai konsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3 bagi anak sejak dini di kota Palembang.

Adapun hasil dari pembahasan yang telah didapatkan oleh penulis ialah sebagai berikut:

## A. Gagasan Kreatif

### 1. Pesan Visual

Pada perancangan ini penulis memiliki *big idea* yang menjadi objek visual yang akan digunakan di dalam desain dan media pada perancangan ini. Adapun *big idea* yang digunakan ialah sebagai berikut:

#### a. Ikan Kembung



**Gambar 4.** Ikan Kembung  
Sumber: grid.id, 4 Juli 2019

Pada gambar 4 di atas adalah jenis Ikan kembung (*Rastrelliger sp*) atau dalam penyebutan bahasa Inggris disebut sebagai *Chub Mackarels* merupakan ikan laut yang masih berkerabat dengan ikan tongkol dan makarel. Ikan kembung adalah jenis ikan kecil yang hidup secara berkelompok di lautan, memakan plankton, dan berasal dari keluarga *Scombridae*, yang juga mencakup ikan tuna, ikan tongkol, ikan cakalang, dan ikan lemuru.

Penggunaan ikan kembung sebagai *big idea* selain melambangkan dari topik yang diangkat, ikan kembung juga melambangkan *unity* atau kebersamaan karena ikan kembung merupakan salah satu ikan *schooling fish* atau ikan yang hidup secara bergerombol atau berkelompok, dan juga ikan kembung melambangkan kesederhanaan karena dengan harganya yang murah namun kaya akan nutrisi.

## b. Anak Kecil

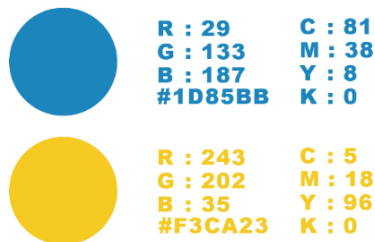


**Gambar 5** Anak Kecil

Sumber: honestdocs.id, Adelia Marista Safitri, S.K.M, 12 Agustus 2019

Penggunaan anak kecil pada gambar 5 di atas meruapak *big idea* yang dipakain untuk melambangkan dari topik yang diangkat, anak kecil juga merupakan target sasaran dari perancangan kampanye ini. Selain itu, anak kecil juga melambangkan sebagai tumbuh kembang anak yang sehat pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Penggunaan anak kecil pada *big idea* selain melambangkan dari topik yang diangkat, juga merepresentasikan dari target sasaran pada perancangan ini yaitu anak kecil, karena anak kecil terutama berusia balita merupakan *golden age* atau periode emas dimana anak-anak tersebut mengalami perkembangan secara signifikan terutama pada bagian kognitif.

## c. Warna



**Gambar 6** Pemilihan Warna

Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Pada gambar 6 di atas merupakan warna yang digunakan dalam perancangan ini. Menurut Goethe, warna adalah hasil dari interaksi antara cahaya, objek, dan mata manusia, dan dia menekankan bahwa warna adalah unsur cahaya yang dipantulkan oleh objek dan kemudian ditafsirkan oleh mata berdasarkan cahaya yang dipantulkan oleh objek itu

sendiri. Warna sebagai salah satu komponen desain yang dapat menciptakan kesan psikologis, sugesti, dan suasana tertentu (Hidayana, Adelita and Purnamasari, 2023).

Pada perancangan ini penulis menggunakan dua pilihan warna yang akan digunakan dalam perancangan ini. Penggunaan warna biru memiliki makna kepercayaan diri dan kecerdasan. Penggunaan warna biru pada perancangan ini melambangkan kecerdasan anak yang diperoleh dengan mengkonsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3. Melalui kecerdasan tersebut dapat menimbulkan kepercayaan diri yang dimiliki oleh anak tersebut.

Penggunaan warna kuning memiliki makna kebahagiaan, optimisme, pencerahan kreativitas, dan kecerdasan. Penggunaan warna kuning pada perancangan ini merepresentasi dari omega-3 dimana penggunaan warna kuning pada perancangan ini melambangkan kebahagiaan orang tua dengan sikap optimis, kreativitas, dan kecerdasan yang dimiliki oleh anaknya melalui konsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3.

#### d. *Typography*

## **Star Cartoon**

**ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ**

**abcdefghijklmnopqrstuvwxyz**

**1234567890**

**!@#\$%^&\*()-\_+[]{}:;'"',.<>/?**

**Gambar 7** Star Carton Font  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Tipografi merupakan salah satu cara untuk mengubah kata-kata menjadi bentuk atau gambar, dan telah digunakan sejak zaman dahulu. Penggunaan ini sudah dimulai sejak masa awal lukisan di gua, di mana nenek moyang kita menggambarkan pengalaman mereka pada dinding gua (Zainudin, 2021). Pada perancangan ini penulis menggunakan *font* pada gambar 7 di atas dengan jenis *sans serif font* dengan nama *font*

*Star Cartoon. Font* yang digunakan memiliki tingkat keterbacaan yang cukup baik.

### e. Gaya Desain



**Gambar 8** *Crayon Shin Chan*

Sumber: nijigennomori.com, creator Yoshito Usui 1990, diakses pada 1 Mei 2024

Pada perancangan ini penulis buku cerita interaktif sebagai media konsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3 anak sejak dini di kota Palembang menggunakan gaya desain kartun. Kartun adalah gambar yang disederhanakan bentuknya, seringkali menonjolkan humor, dan memberikan penekanan pada pesan-pesan tertentu. Kartun dapat digunakan sebagai media untuk mengungkapkan komentar, karena tidak menggambarkan masalah secara harfiah tetapi melalui metafora, sehingga makna yang tersirat dari peristiwa tersebut dapat terungkap (Gumilang and Patria, 2022).

Penggunaan gaya tampilan desain kartun ini penulis gunakan melihat dari target sasaran dari perancangan ini yaitu orang tua yang memiliki anak balita, tentu penggunaan gaya tampilan desain kartun ini sangat sesuai dikarenakan anak balita menyukai tampilan gambar kartun.

## B. Visualisasi Desain

### 1. Logo

Menurut Rustan, logo berasal dari kata Yunani "logos," yang berarti kata, pikiran, pembicaraan, dan akal budi, dan kemudian berkembang untuk mencakup simbol, citra, dan semiotik. Secara umum, logo dibagi menjadi dua jenis: logotype, yang menggunakan nama merek dengan desain huruf tipografi secara konsisten, dan logogram, yang merupakan simbol visual yang

M. Ihsan Nugraha, Yosef Yulius dan Husni Mubarat  
Buku cerita interaktif tentang ikan kembung sebagai sumber Omega-3 Balita di kota Palembang

konsisten dalam merepresentasikan perusahaan (Bhargawa, Udayana and Artawan, 2022). Pada perancangan ini logo yang digunakan sebagai identitas dalam mengenalkan dan meningkatkan konsumsi ikan kembung kepada anak-anak melalui buku cerita interaktif ini menggunakan bentuk dari anak-anak dan juga ikan kembung yang terdapat pada *big idea*. Adapun hasil dari logo tersebut ialah sebagai berikut:



**Gambar 9.** *Final Design Logo*  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

## 2. Pemilihan Media

### a. *Main Media*

Media utama yang dipilih dalam perancangan ini adalah buku cerita interaktif, sebagian besar isinya menggunakan ilustrasi untuk menarik perhatian target audiens yakni anak-anak, untuk lebih jelas lihat gambar 10





**Gambar 10** Buku Cerita Interaktif "Aku dan Ikan Kembung"  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Media utama pada perancangan ini yaitu buku cerita interaktif pada gambar 10 di atas, dengan judul Aku dan Ikan Kembung. Buku ini merupakan buku ilustrasi yang dilengkapi dengan media interaktif berupa gambar yang bisa di tempel sehingga pembaca bisa berinteraksi dengan buku yang dibaca. Buku ini memiliki jalan cerita dimana tokoh utama yaitu "Si Kecil" jarang sekali memakan makanan yang bergizi terutama makanan yang mengandung omega-3, sehingga perkembangan kognitifnya terganggu, kemudian ia bermain bersama temannya dan ia mulai mengenal sumber omega-3 melalui ikan kembung.

Selain menyajikan buku dengan ilustrasi dan media interaktif yang dapat menjadi daya tarik anak-anak untuk membaca, buku ini juga terdapat menu resep makanan dengan bahan baku utamanya yaitu ikan kembung yang secara tidak langsung ditujukan kepada orang tua agar mereka dapat masak untuk menu ikan kembung kepada anak-anaknya.

## b. *Pre Media*

### 1) Poster



**Gambar 3** Poster Utama & Poster Infografis  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Media ini digunakan untuk memberikan informasi mengenai konsumsi ikan kembung sebagai sumber omega-3 bagi anak-anak usia dini. Media ini dirancang menggunakan konsep perancangan yang telah perancang tetapkan. Poster digunakan untuk menjangkau target sasaran secara luas untuk menyampaikan informasi mengenai kampanye yang



akan dirancang. Media ini berukuran A2 yang berisi informasi mengenai perancangan kampanye ini.

### c. *Follow Up Media*

#### 1) *Bookmark*



**Gambar 13** Bookmark  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Pembatas buku digunakan sebagai pembatas saat orang tua dan anak sedang membaca buku "Aku dan Ikan Kembung". *Bookmark* ditampilkan dengan ilustrasi serta maskot dan karakter dari buku "Aku dan Ikan Kembung".

#### 2) *Lunch Box*



**Gambar 14** Lunch Box  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

Media ini digunakan sebagai wadah bekal untuk anak-anak. Kotak bekal ini menampilkan ilustrasi ikan kembung dan anak-anak sehingga dapat menarik perhatian anak-anak untuk membawa bekal karena terdapat ilustrasi di kotak bekalnya.

#### 3) *Merchandise*

Media ini digunakan buah tangan yang digunakan pada perancangan ini. Adapun beberapa *merchandise* yang telah pelunris rancang ialah sebagai berikut:



**Gambar 16.** *Merchandise*  
Sumber: M. Ihsan Nugraha, 2024

## KESIMPULAN

Omega-3 adalah istilah umum untuk asam eikosapentanoat, yang termasuk dalam kategori asam lemak esensial yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Lipid memiliki berbagai komponen, salah satunya adalah asam lemak. Asam lemak terbagi menjadi dua kelompok: asam lemak esensial, yang hanya dapat diperoleh dari makanan luar, seperti omega-3, dan asam lemak non-esensial, yang dapat diproduksi kembali di dalam tubuh dari asam lemak non-esensial yang sudah ada. Omega-3 dapat ditemukan dalam berbagai jenis makanan, salah satunya adalah ikan kembung, yang mudah ditemukan dan terjangkau. Kandungan nutrisinya bahkan lebih tinggi dibandingkan dengan ikan terkenal seperti salmon. Menurut Dr. Ir. Diah M. Utari, M.Kes, ikan kembung mengandung sekitar 2,6 gram omega-3, sementara salmon mengandung sekitar 1,4 gram.

Ikan kembung adalah ikan pelagis yang hidup di permukaan laut, di mana mereka makan plankton yang berkembang di zona yang terkena sinar matahari karena plankton melakukan fotosintesis di area tersebut. Selain itu, ikan kembung adalah jenis ikan yang hidup secara berkelompok, memudahkan

penangkapan mereka dalam jumlah besar. Di lautan, ikan kembung berfungsi sebagai konsumen 1 pada rantai makanan, yang berarti mereka adalah pemakan plankton yang merupakan produsen dalam rantai makanan hewan laut. Ikan kembung merupakan ikan yang dapat ditemui dengan mudah dan murah sehingga tidak ada alasan bagi orang tua untuk memenuhi kebutuhan omega-3 untuk anak-anaknya demi membantu perkembangan kognitif mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adipura, A., Mubarat, H. and Halim, B. (2021) 'Perancangan Kampanye Sosial Safety Riding Bersepeda Di Kota Palembang', *Besaung: Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 6(2), pp. 117–124. Available at: <https://doi.org/10.36982/jsdb.v6i2.1738>.
- Bhargawa, I.N.B., Udayana, A.A.G.B. and Artawan, C.A. (2022) 'Perancangan Ulang Identitas Visual Untuk Brand Tetuek Sangmong Di Denpasar', *Amarasi: Jurnal Desain Komunikasi Visual*, 3(02), pp. 192–204. Available at: <https://doi.org/10.59997/amarasi.v3i02.1685>.
- Gumilang, D.I. and Patria, A.S. (2022) 'Kartun Sebagai Komunikasi Visual Cover Album Yourself Band Wrongway', *Barik*, 4(1), pp. 1–11.
- Handayani, P. and Olahraga, P. (2023) 'Peran Nutrisi Dalam Peningkatan Daya Tahan Otak: Tinjauan Pustaka', *Edukasimu.org*, 3(3).
- Hidayana, D., Adelita, D. and Purnamasari, F. (2023) 'Peningkatan Kemampuan Anak dalam Mengenal Warna Dengan Menggunakan Media Balok di TK PGRI Al Hidayah', 1(2), pp. 62–68.
- Lazuardi, M.L. and Sukoco, I. (2019) 'Design Thinking David Kelley & Tim Brown: Otak Dibalik Penciptaan Aplikasi Gojek', *Organum: Jurnal Saintifik Manajemen dan Akuntansi*, 2(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.35138/organum.v2i1.51>.
- Likhar, A. and Patil, M.S. (2022) 'Importance of Maternal Nutrition in the First 1,000 Days of Life and Its Effects on Child Development: A Narrative Review', *Cureus*, 14(10), pp. 8–13. Available at: <https://doi.org/10.7759/cureus.30083>.
- Lukman (2023) 'Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan Tetanus', *British Medical Journal*, 2(5474), pp. 1333–1336.
- Muarie, M.S. (2023) 'Perancangan Design Interface Mobile Apps Unggul Dompot Dhuafa Sumatera Selatan Menggunakan Metode Design Thinking', 1(1), pp. 20–29.
- MUBARAT, H. and ILHAQ, M. (2021) 'Telaah Nirmana Sebagai Proses Kreatif Dalam Dinamika Estetika Visual', *Ekspresi Seni: Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Karya Seni*, 23(1), p. 125. Available at: <https://doi.org/10.26887/ekspresi.v23i1.397>.
- Nurhidayati, N. *et al.* (2023) 'Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

Sebagai Dasar Perkembangan Kognitif: Sebuah Kajian Pustaka', *Unram Medical Journal*, 12(3). Available at: <https://doi.org/10.29303/jku.v12i3.987>.

Patriansah, M., Sapitri, R., & Nugraha, M. I. (2023). Semiotika Roland Barthes Dalam Iklan Layanan Masyarakat 'Stop Hoax' Indosiar. *Artchive: Indonesia Journal of Visual Art and Design*, 4(1), 92-111.

Patriansah, M. (2020). Analisis Poster Iklan Layanan Masyarakat Karya Sepdianto Saputra: Kajian Semiotika Saussure. *Arty: Jurnal Seni Rupa*, 9(3).

Ratnasari, D. et al. (2021) 'Bakso Sapi Ikan Kembung sebagai Alternatif Jajanan Sehat Tinggi Protein untuk Anak Sekolah Dasar', *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 3(01), pp. 9-16. Available at: <https://doi.org/10.46772/jigk.v3i01.560>.

Ruslianti et al. (2023) 'Perkembangan Otak Anak Usia Dini Dan Dampaknya Pada Kehidupan Seumur Hidup', *Jurnal Tambora*, 7(1), pp. 302-311.

Saputra, A.K. (2021) 'Kualitas Pendidikan di Indonesia', *Universitas Andalas*, (2130004), p. 2.

Yudanti, G.P. et al. (2023) 'Pengembangan Olahan Ikan Kembung untuk Mencegah Stunting di Desa Tedunan Wedung Demak', *Muria Jurnal Layanan Masyarakat*, 5(2), pp. 85-89. Available at: <https://doi.org/10.24176/mjlm.v5i2.10343>.

Yulius, Y. and Pratama, E. (2021) 'Metode Design Thinking Dalam Perancangan Media Promosi Kesehatan Berbasis Keilmuan Desain Komunikasi Visual', *Besaung: Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 6(2), pp. 111-116. Available at: <https://doi.org/10.36982/jsdb.v6i2.1720>.

Zadrakh Umbu Turupaita, Yahyah and Sprabadevi A. Saraswati (2023) 'Hasil Tangkapan Dan Pola Musim Ikan Kembung (*Rastrelliger Sp*) Yang Didaratkan Di Tpi Oeba', *Jurnal Ilmiah Bahari Papadak*, 4(1), pp. 241-253. Available at: <https://ejurnal.undana.ac.id/index.php/JBP/index>.

Zainudin, A. (2021) *Buku Ajar Tipografi*. Available at: <https://penerbit.stekom.ac.id/index.php/yayasanpat/article/view/312>.

### Sumber Lain:

Wawancara dengan dr. Julius Anzar, Sp.A(K), Palembang, 16 April 2024

Wawancara dengan Yuli Dwiyantri, S.Si, M.Pd, 25 April 2024