

**PERENCANAAN KAMPANYE GAYA HIDUP SEHAT DALAM
POSTER BUAH POTONG**

TUGAS AKHIR



ELANG WALLESA

21240970

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2025

PERENCANAAN KAMPANYE GAYA HIDUP SEHAT DALAM POSTER BUAH POTONG

TUGAS AKHIR



Diajukan untuk memenuhi tugas akhir dan melengkapi Sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar program sarjana strata satu (S-1) Fakultas Ilmu Sosial dan Politik
Program Studi Ilmu Komunikasi

Oleh:

ELANG WALLESA

21240970

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir oleh Nama : Elang Wallesa

Telah dipertahankan didepan penguji pada

Hari :

Tanggal :

Pukul :

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Penguji II

Penguji III

Dra. Niken Lestarini, M.Si
NIDN. 0020066503

Oki Cahyo Nugroho, M.I.Kom
NIDN. 0728018304

Ayub Dwi Anggoro, Ph.D
NIK. 19860325 201309

12

Mengetahui,

Dekan

Dr. Robby Darwis Nasution, SIP., MA.

NIK. 19860288 202109 12

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Elang Wallesa

NIM : 21240970

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir yang telah saya buat dengan judul: Perencanaan Kampanye Gaya Hidup Sehat dalam Poster Buah Potong, adalah asli (orisinal) atau tidak plagiat (menjiplak) dan belum pernah diterbitkan/dipublikasikan dimanapun dan dalam bentuk apapun.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga. Apabila dikemudian hari ternyata saya memberikan keterangan palsu dan atau ada pihak lain yang mengklaim bahwa tugas akhir yang telah saya buat adalah hasil karya milik seseorang atau badan tertentu, saya bersedia diproses baik secara pidana maupun perdata dan kelulusan saya dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo dicabut/dibatalkan.

Ponorogo, 30 Juni 2025

Yang menyatakan,

Elang Wallesa

MOTTO

1. Ketika rencana manusia terbatas, di situlah takdir Allah bekerja tanpa batas.
2. Santai bukan berarti lalai, pelan bukan berarti tertinggal.
3. Tidak semua hal harus sempurna, dan tidak semua rencana harus berjalan lurus. Yang penting adalah tetap melangkah, tetap sadar arah, dan tidak kehilangan diri sendiri di tengah proses. Kadang, kesalahan dan keterlambatan justru membawa kita ke versi diri yang lebih kuat dan bijak.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tugas akhir ini saya persembahkan kepada Almamater saya tercinta Universitas Muhammadiyah Ponorogo, jurusan ilmu komunikasi. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi jalan saya menuju kesuksesan di masa depan.

Saya persembahkan juga untuk orang tua saya yang telah menyayangi saya segenah jiwa dan raga, dan telah memberi kehangatan, kasih sayang, dan support yang tidak terhingga untuk saya, sehingga saya dapat mencapai tahap ini dalam hidup saya.

Untuk teman-teman seangkatan saya yang sangat saya banggakan, terima kasih atas cerita dan persahabatan yang telah kita tanam di hati ini, dan atas semua suka duka yang kita lalui bersama.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah, segala puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayat-Nya penyusunan karya ilmiah yang berjudul: “Perencanaan Kampanye Gaya Hidup Sehat dalam Poster Buah Potong” ini dapat diselesaikan guna memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Perjalanan panjang telah saya lalui dalam rangka menyelesaikan perkuliahan hingga penulisan karya ilmiah ini. Ada berbagai hambatan yang dihadapi dalam penulisan ini, namun berkat kehendak Allah SWT inilah yang membuat saya berhasil menyelesaikan penulisan karya ilmiah ini.

Oleh karena itu, dengan kerendahan hati saya ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberi saya banyak anugrah yang saya dapatkan, dan telah memberi saya banyak pelajaran berharga dalam kehidupan ini.
2. Bu Krisna Megantari, S.Sos, M.A selaku dosen wali yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat seperti sekarang.
3. Orang tua saya yang telah memberi dukungan dan support finansial yang tak pernah tergantikan.
4. Teman-teman saya yang telah memberikan dukungan atas kelancaran tugas akhir saya.

Terimakasih pun saya haturkan untuk semua pihak yang telah membantu saya dalam menyelesaikan karya ilmiah ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Akhir kata, saya menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, saya masih melakukan kesalahan dalam penyusunan karya ilmiah. Oleh karena itu, saya meminta maaf sedalam-dalamnya atas kesalahan yang saya lakukan.

Saya berharap semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik lagi. Kebenaran datangnya dari Allah SWT, dan kesalahan datangnya dari diri manusia. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.

Ponorogo, 30 Juni 2025

Elang Wallesa

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR.....	2
HALAMAN PENGESAHAN	1
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	2
MOTTO	3
HALAMAN PERSEMBAHAN	4
KATA PENGANTAR	5
DAFTAR ISI.....	7
DAFTAR GAMBAR.....	9
ABSTRAK.....	10
BAB I.....	11
1.1 Latar Belakang Masalah	11
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Perencanaan	12
1.4 Manfaat Perencanaan	12
BAB II.....	14
2.1 Landasan Teori.....	14
2.2 Studi Literatur	15
BAB III	17
3.1 Metode Perancangan.....	17
3.2 Metode Perancangan Poster.....	18
3.3 Alat Pengumpulan Data	19
3.4 Konsep Perancangan.....	19
BAB IV	21
4.1 Penjaringan Ide	21
4.2 Pengambilan Foto	21
4.3 Layout Desain Awal	23
4.4 Pengembangan Desain.....	24
4.5 Evaluasi dan Revisi Pra Produksi Desain	25
4.6 Konsep Elemen Visual.....	26
4.7 Desain Final	28
BAB V	29
5.1 Kesimpulan	29

5.2 Saran	29
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN.....	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Contoh Poster Sejenis.....	16
Gambar 2. Metodologi Perencanaan	18
Gambar 3. Alat pengambilan gambar (Iphone Xr).....	19
Gambar 4. Proses pengambilan foto.....	22
Gambar 5. Layout desain awal poster	24
Gambar 6. Desain pengembangan poster buah potong	25
Gambar 7. Proses evaluasi dan revisi poster	26
Gambar 8. Hasil akhir desain poster	28

ABSTRAK

Perencanaan ini bertujuan untuk merancang dan menganalisis poster promosi produk buah potong sebagai media komunikasi visual yang efektif dalam menyampaikan pesan gaya hidup sehat. Pendekatan yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif dengan teknik analisis semiotika untuk mengungkap makna denotatif dan konotatif dari elemen-elemen visual seperti gambar, warna, tipografi, dan tata letak. Poster dirancang dengan konsep minimalis dan segar, menekankan pada kepraktisan dan kesegaran produk, serta mengajak audiens, khususnya generasi muda urban, untuk menjalani pola hidup sehat secara mudah. Pengambilan gambar dilakukan menggunakan smartphone, sementara proses desain menggunakan perangkat lunak Canva. Hasil Perencanaan menunjukkan bahwa desain poster mampu menyampaikan pesan kesehatan secara komunikatif dan persuasif, serta membentuk persepsi positif terhadap produk buah potong sebagai pilihan praktis yang sehat. Dengan demikian, desain komunikasi visual berperan penting dalam mendukung promosi produk sekaligus edukasi gaya hidup sehat kepada masyarakat.

Kata kunci: Poster, Semiotika, Buah Potong, Gaya Hidup Sehat, Desain

ABSTRACT

This study aims to design and analyze a promotional poster for cut fruit products as a visual communication medium that effectively conveys the message of a healthy lifestyle. The research adopts a qualitative descriptive method with a semiotic analysis approach to explore the denotative and connotative meanings of visual elements such as imagery, color, typography, and layout. The poster is designed with a minimalist and fresh concept, emphasizing practicality and the freshness of the product, while targeting urban youth audiences to adopt a healthy lifestyle in a simple way. Image capture was conducted using a smartphone, and the design process utilized the Canva software. The findings indicate that the poster design successfully communicates health messages in a persuasive and informative manner, shaping a positive perception of cut fruit as a practical and healthy choice. Thus, visual communication design plays a significant role in supporting product promotion as well as public health education.

Keywords: Poster, Semiotics, Cut Fruit, Healthy Lifestyle, Design

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Beberapa tahun terakhir, gaya hidup sehat telah menjadi tren yang semakin meluas di masyarakat Indonesia. Kepedulian terhadap pola konsumsi, aktivitas fisik, dan keseimbangan nutrisi semakin meningkat, didorong oleh kampanye kesehatan dari pemerintah dan komunitas. Fenomena ini tercermin dalam tingginya minat masyarakat terhadap konten kesehatan, produk organik, serta kegiatan olahraga dan nutrisi seimbang. Kenaikan kesadaran tersebut menempatkan gaya hidup sehat sebagai salah satu indikator kualitas hidup modern, yang kemudian membuka peluang besar bagi media komunikasi kesehatan untuk menyebarkan pesan positif.

Konsumsi buah merupakan salah satu pilar utama dalam gaya hidup sehat, karena buah kaya akan vitamin, mineral, serat, dan antioksidan yang mampu mencegah penyakit degeneratif serta menjaga status gizi tubuh (Sundari *et al.*, 2021). Faktor gizi dari buah tidak hanya penting untuk tumbuh kembang remaja, tetapi juga menurunkan risiko obesitas, hipertensi, dan diabetes pada semua kelompok usia (Meliana *et al.*, 2024). Namun, realitas menunjukkan masih banyak masyarakat terutama remaja dan mahasiswa yang tidak memenuhi rekomendasi konsumsi buah harian, meskipun mereka sadar akan manfaatnya (Rahmawati & Manikam, 2023).

Salah satu penyebab rendahnya konsumsi buah adalah diantaranya adalah pengetahuan, kesukaan, sikap, ketersediaan sayuran dan buah-buahan di rumah, ketersediaan sayurandan buah-buahan di sekolah, pengaruh lingkungan keluarga, pengaruh lingkungan sekolah, dan peran media sosial, serta media massa (Khairunnisa & Kurniasari, 2022). Hambatan-hambatan ini menyebabkan meskipun tersedia, buah sering tidak dijadikan pilihan utama dibandingkan makanan siap saji atau camilan tidak sehat. Akibatnya, rencana konsumsi buah tidak tercapai karena psikologis dan teknis pengelolaan buah segar di rumah dan di luar rumah.

Solusi atas permasalahan tersebut, produk buah potong siap santap hadir sebagai inovasi yang menawarkan kepraktisan tanpa mengabaikan nilai gizi. Buah potong dipersembahkan dalam kemasan praktis, higienis, dan ekonomis, cocok untuk kebutuhan konsumsi cepat di tengah aktivitas padat. Keberadaan produk ini sejalan dengan preferensi konsumen modern terhadap makanan sehat yang mudah dikonsumsi kapan saja dan di mana saja.

Kehadiran produk sehat saja tidak cukup. Promosi yang efektif sangat diperlukan agar masyarakat tidak hanya mengetahui keberadaan buah potong, tetapi juga terdorong untuk memilikinya. Media visual seperti poster promosi memiliki peran strategis dalam menarik perhatian, menyampaikan pesan kesehatan, dan membentuk persepsi publik (Irnanda & Izzah, 2023). Elemen-elemen desain visual seperti komposisi, warna, tipografi, dan ikonografi harus