

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingkat kebugaran masyarakat Indonesia tergolong rendah dan memprihatinkan. Berdasarkan Laporan Nasional Sport Development Index (SDI) tahun 2021 oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora), sebanyak 76% masyarakat Indonesia termasuk dalam kategori tidak bugar, dan 53,63% di antaranya tergolong sangat tidak bugar. Hanya 5,86% masyarakat yang dikategorikan sangat bugar atau prima. Temuan ini mencerminkan adanya urgensi untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam aktivitas fisik, terutama di kalangan usia produktif.

Di tengah rendahnya tingkat kebugaran ini, fenomena Fear of Missing Out (FOMO) semakin marak di era digital, terutama di kalangan dewasa awal yang aktif di media sosial. Menurut Przybylski (2013), FOMO adalah perasaan gelisah yang timbul akibat melihat aktivitas menyenangkan orang lain, terutama melalui media sosial, yang memunculkan dorongan kuat untuk ikut serta agar tidak merasa tertinggal. Dalam konteks olahraga, FOMO dapat dimanfaatkan secara positif. Ketika individu terpapar aktivitas olahraga dari teman atau komunitas digital, mereka bisa terdorong untuk mencoba dan membentuk kebiasaan baru yang lebih sehat. Berbagai tren seperti tantangan lari 10 km atau maraton virtual menunjukkan bahwa FOMO bisa menjadi pintu masuk menuju gaya hidup aktif. Studi menunjukkan bahwa keterlibatan dalam komunitas olahraga tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga memperkuat kesehatan mental dan motivasi sosial (Rahmawati & Suryani, 2020).

Tren ini juga diperkuat oleh data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) yang mencatat bahwa 41,54% masyarakat Indonesia menyukai olahraga lari, dan menurut survei dari laman Understanding Indonesia's Sports Trends, lari menjadi olahraga luar ruangan paling

populer. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga lari telah menjadi salah satu bentuk aktivitas fisik yang paling diminati saat ini.

Berdasarkan teori emerging adulthood oleh Arnett (2000), usia 18–25 tahun merupakan masa eksplorasi identitas dan pembentukan gaya hidup. Pada usia ini, individu cenderung terpapar berbagai pengaruh sosial, termasuk tren gaya hidup sehat yang berkembang di media sosial. Fenomena FOMO terhadap olahraga lari pun kerap terjadi pada kelompok usia ini karena kebutuhan untuk memperoleh pengakuan sosial dan mengikuti gaya hidup yang dianggap ideal. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), kelompok usia ini juga termasuk usia produktif, di mana kondisi fisik dan mental mereka berada dalam puncaknya. Oleh karenanya, pengaruh eksternal seperti tren olahraga seperti sekarang memiliki dampak yang cukup signifikan untuk mereka. Berdasarkan wawancara yang dijadikan data awalan, responden yang berusia 20-24 tahun mengakui mulai berolahraga karena adanya tren lari, dan ajakan teman atau sosial yang berkaitan dengan fenomena FOMO. Meskipun awalnya mereka hanya ikut-ikutan, sebagian besar dari mereka merasa nyaman hingga konsisten untuk melanjutkan olahraga lari sebagai rutinitas, baik untuk dampak positif ke tubuh, maupun ke mental.

Dalam hal ini, media edukasi berbasis visual seperti animasi pendek menjadi alternatif menarik untuk menyampaikan pesan yang kompleks mengenai FOMO olahraga secara ringan dan efisien. Pemilihan media animasi sebagai media utama disesuaikan dengan karakteristik target audiens, yakni dewasa awal. Berdasarkan studi dari Lestari (2020), kelompok usia 18-25 tahun cenderung menyukai media visual yang komunikatif, ekspresif, dan memiliki unsur hiburan. Animasi memberikan fleksibilitas visual dalam menyampaikan pesan secara ringan namun tetap bermakna, serta memungkinkan penyisipan simbol-simbol naratif yang mudah ditangkap oleh audiens tanpa terasa menggurui. Animasi bukan sekedar serangkaian gambar lucu yang dirangkai menjadi gerakan. Dalam

bentuknya yang paling kreatif, animasi merupakan bentuk seni yang benar-benar indah. Namun, tradisi animasi gambar relatif singkat dibandingkan dengan seni visual lainnya (White, 1988). Keunikan utama animasi terletak pada kemampuannya untuk menyampaikan informasi secara visual dan interaktif, menggabungkan elemen gerak, warna, dan suara untuk menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan berkesan (Ega Safitri & Titin, 2021, dalam Melati et al. 2023).

Dalam proses pembuatan animasi, terdapat beberapa peran yang menjadi kunci sebuah animasi bisa tercipta, salah satunya *Animator*. *Animator* adalah "aktor" dalam film kartun. *Timing* seorang aktor yang didasarkan pada insting dan kepribadian merupakan inti dari seni ini. Seorang aktor harus mempelajari keterampilannya, seperti bagaimana berjalan atau bergerak dengan makna, tidak pernah berhenti kecuali ada alasannya, dan jika harus berhenti, maka lakukanlah selama mungkin (Blair, 1994).

1.2 Permasalahan

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, beberapa masalah utama dalam penelitian ini adalah:

1. Tingkat kebugaran pada dewasa awal yang masuk kategori tidak bugar.
2. Dampak positif FOMO dalam konteks olahraga lari yang belum banyak diangkat sebagai tema utama dalam film animasi.
3. Dibutuhkannya perancangan *animate* dalam media film animasi yang akan menyampaikan dampak positif FOMO terhadap olahraga lari.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disampaikan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Apa dampak positif fenomena FOMO olahraga lari dapat mengedukasi dewasa awal tentang gaya hidup yang lebih sehat?
2. Bagaimana perancangan media animasi dapat menyampaikan fenomena FOMO olahraga lari secara edukatif kepada audiens dewasa awal?

1.3 Ruang Lingkup

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian dapat terfokuskan dengan baik.

- a. Apa
Perancangan *animate* dalam animasi berdurasi pendek yang mengangkat fenomena FOMO (*Fear of Missing Out*) dalam konteks olahraga sebagai bentuk media edukasi visual.
- b. Siapa
Target audiens dalam proyek ini adalah dewasa awal dalam jangka usia 18-25 tahun, khususnya mereka yang berada di fase menyiapkan diri dalam dunia kerja.
- c. Kapan
Proses penelitian dan perancangan dilakukan mulai dari periode September 2024 hingga Juli 2025.
- d. Dimana
Lokasi penelitian dilakukan di daerah Kota Bandung berdasarkan data awalan yang telah dikumpulkan mengenai Kota Bandung sebagai Kota dengan *event* lari terbanyak. Sedangkan lokasi perancangan dilakukan di kawasan Telkom University.
- e. Kenapa

Perancangan ini dilakukan untuk mengangkat dampak positif fenomena FOMO olahraga lari di kalangan dewasa muda untuk meningkatkan kebugaran para dewasa muda.

f. Bagaimana

Perancangan *animate* dalam animasi pendek yang berjudul “Turning Point” yang mengangkat tentang fenomena FOMO olahraga lari di Indonesia.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Merancang *animate* yang tepat dengan target audiens dan sesuai dengan tema dalam animasi pendek berjudul “Turning Point”.
- b. Menciptakan narasi yang menggambarkan bagaimana FOMO olahraga dapat menjadi motivasi positif untuk memulai dan menjaga kebiasaan olahraga serta dampaknya kepada kebugaran tubuh dan produktivitas.
- c. Mengembangkan elemen visual dan narasi yang menarik serta inspiratif untuk penonton tentang pentingnya memanfaatkan FOMO olahraga sebagai dorongan untuk hidup lebih sehat dan bugar.

1.5 Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif. Menurut John W. Creswell (2014), penelitian kualitatif deskriptif adalah suatu pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang dikaitkan oleh individu atau kelompok terhadap suatu masalah sosial atau manusia. Metode ini digunakan karena dalam penelitian dan perancangan animasi dibutuhkan wawancara terstruktur dan semi-terstruktur, data observasi, dan studi dokumen.

1.5.1 Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara Terstruktur

Wawancara terstruktur dilakukan dengan narasumber yang ahli di bidangnya, yakni bidang olahraga, dengan tujuan untuk mengetahui gejala FOMO yang telah dan sedang terjadi dalam konteks olahraga lari, dan teknik lari yang benar, prinsip latihan lari, dan hal-hal penting sebelum dan saat olahraga lari.

b. Wawancara Semi-Terstruktur

Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan narasumber yang berkaitan dengan target audiens, yakni dewasa awal. Wawancara ini dilakukan untuk mengetahui alasan beberapa orang melakukan olahraga lari.

c. Data Observasi

Observasi dilakukan secara partisipatif di Lapangan Gasibu dan Taman Saparua, dengan tujuan sebagai referensi pergerakan karakter untuk animasi. Observasi partisipatif dilakukan dengan cara mendatangi langsung ke Lapangan Gasibu dan Taman Saparua, dan mengamati para individu yang sedang berolahraga lari.

Observasi non-partisipatif dilakukan dengan cara mengamati karya-karya serupa di internet sebagai referensi tambahan dalam pergerakan karakter dalam animasi.

d. Studi Dokumen

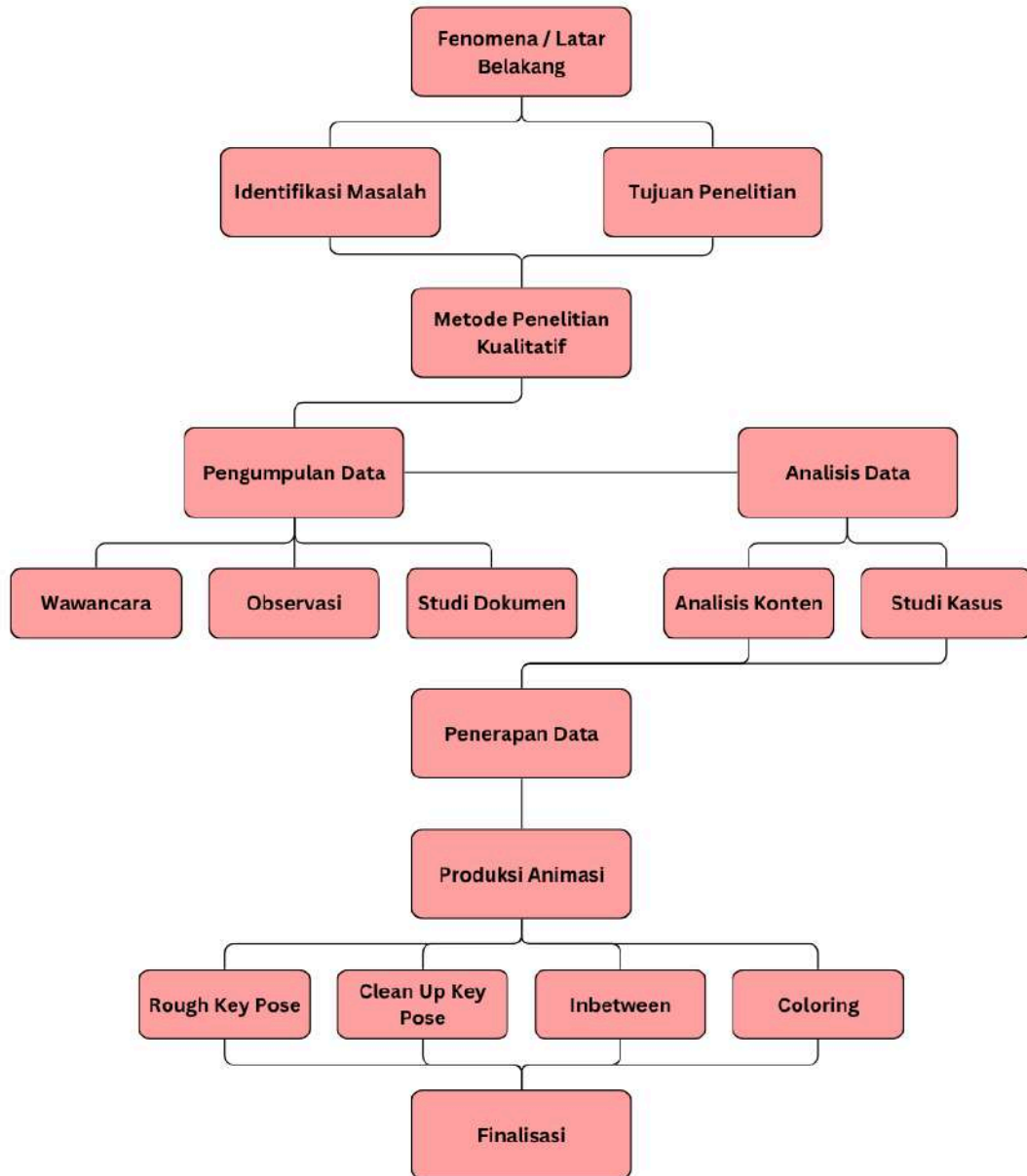
Studio dokumen dilakukan sebagai pengumpulan data dari berbagai sumber atau dokumen pustaka yang berasal dari jurnal dari internet dan berbagai buku sebagai landasan teori penelitian.

1.5.2 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah Analisis Data Interaktif dari John W. Creswell (2014). Analisis Data

Interaktif memungkinkan penulis untuk mencari kekurangan data dalam data yang telah dikumpulkan. Analisis Konten digunakan untuk mengubah data visual dari data observasi dan studi dokumen menjadi data deskripsi tentang pergerakan karakter dalam animasi. Sedangkan Studi Kasus digunakan untuk menganalisis data FOMO pada dewasa awal.

1.6 Kerangka Penelitian



Gambar 1.1 Kerangka Penelitian

1.7 Pembabakan

a. BAB I Pendahuluan

BAB I dalam laporan menjelaskan tentang latar belakang dari penelitian yang diteliti, yakni Perancangan *Animate* dalam film animasi berjudul “Turning Point” tentang dampak positif FOMO dari fenomena olahraga lari. BAB ini juga menjelaskan tentang permasalahan, tujuan penelitian, metode penelitian, dan teknik pengumpulan dan analisis data.

b. BAB II Landasan Teori

BAB II berisikan landasan teori yang dikutip langsung dari buku-buku, dengan tujuan menjadi tumpuan dan memvalidasi penelitian.

c. BAB III Data dan Analisis

BAB III menjelaskan hasil data yang telah dikumpulkan, dengan menggunakan metode kualitatif melalui wawancara, observasi, dan studi dokumen. Sebagai tambahan, penulis juga mengumpulkan data tentang analisis karya sejenis sebagai referensi dalam perancangan.

d. BAB IV Konsep dan Hasil Perancangan

BAB IV menjelaskan proses perancangan yang sesuai dengan jobdesk yang diambil penulis, yakni *Animator*, yang mencakup proses *Rough Key Pose*, *Clean Up Key Pose*, *Inbetween*, *Base Coloring*, dan *Shading*. BAB ini mengandung konsep perancangan dan hasil perancangan.

e. BAB V Penutup

BAB V merupakan BAB terakhir yang menjelaskan kesimpulan dari keseluruhan penelitian dalam laporan. BAB ini juga menjelaskan tentang saran untuk pihak yang terkait atau pihak yang ingin melanjutkan penelitian.