

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk Indonesia pada pertengahan tahun 2023 diperkirakan mencapai 278,7 juta jiwa. Dengan tingkat fertilitas sekitar 2% dan laju pertumbuhan kurang dari 1% jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2045 diproyeksikan mencapai 324,05 juta jiwa. Pada masa tersebut Indonesia diprediksi akan mengalami bonus demografi, yaitu kondisi ketika jumlah penduduk usia produktif (15-64 tahun) jauh lebih banyak dibandingkan penduduk usia non produktif (0-14 tahun dan diatas 65 tahun). Diperkirakan pada tahun 2030, rasio ketergantungan akan berada di titik terendah yaitu 46,9%. Artinya, satu orang usia non produktif ditopang oleh dua orang usia produktif.

Sayangnya, kondisi ini tidak dibarengi dengan tingkat kebugaran yang memadai. Menurut data dari kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora) melalui Laporan Indeks Pembangunan Olahraga 2030, sekitar 76% masyarakat Indonesia masuk kategori tidak bugar, dan lebih dari setengahnya bahkan tergolong sangat tidak bugar. Hanya 5,86% masyarakat yang dinilai sangat bugar. Angka ini menunjukkan bahwa meskipun jumlah usia produktif sangat besar, kualitas kebugarannya masih rendah dan menjadi perhatian serius.

Menariknya, di tengah rendahnya tingkat kebugaran ini, muncul fenomena sosial bernama Fear of Missing Out (FOMO) yang justru bisa memicu perubahan gaya hidup sehat, khususnya pada generasi muda. Menurut Przybylski (2013), FOMO adalah perasaan takut tertinggal karena melihat aktivitas menyenangkan orang lain biasanya lewat media sosial. Dalam konteks olahraga, FOMO bisa mendorong anak muda untuk mulai aktivitas fisik karena tidak ingin merasa “ketinggalan zaman” atau “nggak gaul”.

Beberapa penelitian seperti Aslam & Wiyono (2020) dan kaloeti et al. (2021) menunjukkan bahwa FOMO dapat menjadi motivasi positif, seperti membuka diri terhadap pengalaman baru, memperluas jaringan sosial, dan membentuk kebiasaan produktif termasuk olahraga. Salah satu contohnya bisa dilihat dari tren lari yang sedang ramai di kalangan anak muda. Di TikTok, banyak video dengan tagar seperti #PelariKonten, #MorningRun, atau #RunWithMe, yang menampilkan gaya hidup sehat anak muda, lengkap dengan outfit sporty dan musik yang memotivasi.

Tren ini semakin menguat karena data dari Susenas BPS 2021 menunjukkan bahwa 41,54% masyarakat Indonesia menyukai olahraga lari. Bahkan survei dari *Understanding Indonesia's Sports Trends* mencatat bahwa lari adalah olahraga luar ruang yang paling populer, dipilih oleh 44% responden. Fenomena ini diperkuat dari wawancara dengan beberapa responden dengan usia 18-25 tahun, yang mengaku mulai ikut-ikutan lari karena tren dan dorongan teman. Namun, banyak dari mereka akhirnya menikmati aktivitas ini dan menjadikannya sebagai rutinitas. Kelompok usia 18–25 tahun tergolong dalam usia produktif menurut Badan Pusat Statistik (BPS), yang mengklasifikasikan usia produktif berada pada rentang 15 hingga 64 tahun. Pada tahap ini, individu umumnya sedang membangun identitas diri, sebagaimana dijelaskan dalam teori psikososial Erik Erikson yang menyebut masa remaja akhir hingga dewasa muda sebagai periode penting dalam pembentukan jati diri. Selain itu, kelompok usia ini cenderung terbuka terhadap peluang baru dan perubahan karena berada dalam fase eksploratif dalam kehidupan. Berdasarkan laporan IDN Times melalui IDN Research Institute, generasi muda, khususnya Gen Z yang berada dalam rentang usia ini, memiliki tingkat screen time yang tinggi. Hal ini membuat mereka lebih mudah terpapar berbagai tren sosial dan informasi terbaru melalui platform digital, sehingga membentuk karakter yang adaptif dan responsif terhadap perubahan.

Hal ini menunjukkan bahwa FOMO bisa menjadi pintu masuk yang efektif untuk membentuk kebiasaan sehat, terutama bagi usia 18-25 tahun yang sedang berada di fase *emerging adulthood* (Arnett, 2023) yaitu masa transisi antara remaja dan dewasa awal. Pada Fase ini, seseorang sedang aktif mencari jati diri, nilai hidup,

dan arah masa depan. Maka, pengaruh dari media sosial dan lingkungan sekitar punya dampak yang besar terhadap keputusan gaya hidup.

Penggunaan media animasi dalam menyampaikan informasi kesehatan terbukti efektif, terutama bagi individu dengan literasi kesehatan rendah. Dalam sebuah studi eksperimen yang dilakukan oleh Meppelink et al. (2015), ditemukan bahwa animasi bersuara (spoken animation) secara signifikan meningkatkan daya ingat informasi serta sikap positif terhadap topik kesehatan dibandingkan dengan teks tertulis, khususnya pada kelompok usia 55 tahun ke atas dengan literasi kesehatan rendah. Ketika animasi digabungkan dengan narasi lisan, partisipan dengan literasi rendah dapat mengingat informasi dalam jumlah yang setara dengan mereka yang memiliki literasi tinggi. Selain itu, animasi juga tidak memberikan dampak negatif pada kelompok dengan literasi tinggi, sehingga format ini dinilai inklusif dan cocok digunakan untuk berbagai lapisan masyarakat. Studi ini menggarisbawahi pentingnya penggunaan format audiovisual interaktif, seperti animasi bersuara, dalam menyampaikan informasi kesehatan yang kompleks agar dapat menjangkau lebih luas dan efektif.

Apalagi, target audiens usia 18-25 tahun adalah pengguna aktif media sosial dan konten digital. Mereka cenderung menyukai format visual yang cepat, estetik, dan informatif. Berdasarkan data dari FXX dan Hubspot, animasi untuk dewasa juga terbukti diminat, terutama untuk tema olahraga, gaya hidup, dan isu-isu sosial.

Salah satu aspek penting dalam produksi animasi adalah desain *background*. Dan pendekatan yang dilakukan adalah background animasi 3D. Menurut Octavian dan Ramdhan (2019), *background* atau lingkungan (*environmnt*) dalam animasi 3D berperan penting dalam menciptakan suasana yang membuat animasi terasa lebih hidup, serta membantu menyampaikan makna cerita kepada audiens dengan lebih efektif. Mereka juga menekankan bahwa pembuatan *background* harus selaras dengan alur cerita yang telah dirancang dalam storyboard, agar visual yang ditampilkan mendukung narasi secara keseluruhan.

Melalui film animasi pendek bertema FOMO dalam olahraga, khususnya lari, harapannya adalah mengangkat sisi positif dari tren sosial yang sering

dianggap negatif. Film ini tidak hanya menjadi hiburan, tetapi juga alat edukasi untuk mendorong anak muda agar lebih peduli pada kesehatan fisik dan menjadikan olahraga sebagai dari gaya hidup sehari-hari.

1.2 Permasalahan

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

- Dampak positif dari fenomena FOMO dalam konteks olahraga, khususnya lari, belum banyak diangkat sebagai tema utama dalam film animasi.
- Dibutuhkannya perancangan *background* 3D dalam medium film animasi yang menyampaikan dampak dari fenomena FOMO olahraga.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, masalah yang akan dipecahkan dalam penelitian ini adalah:

- Bagaimana dampak positif fenomena FOMO dalam olahraga, khususnya lari, dapat dijelaskan?
- Bagaimana merancang *background* 3D untuk film animasi yang mengangkat tema fenomena FOMO dalam olahraga?

1.3 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari perancangan ini adalah:

- Apa
Perancangan *background* 3D untuk film animasi yang mengangkat fenomena FOMO olahraga.
- Siapa

Target audiens dan subjek yang dituju adalah fase dewasa awal, umur 18-25 tahun.

- Di Mana

Penelitian dilakukan di Kota Bandung karena kota ini memiliki komunitas lari yang aktif dan mendukung eksplorasi visual serta konteks cerita terkait fenomena FOMO olahraga Lari.

- Kapan

Penelitian akan dikerjakan pada bulan September-Desember 2024, perancangan akan dieksekusi pada bulan Januari-Juli 2025.

- Mengapa

Perancangan ini dilakukan untuk mengangkat dampak positif fenomena FOMO terhadap kesehatan.

1.4 Tujuan Penelitian

- Menjelaskan dampak positif dari fenomena FOMO dalam olahraga, khususnya pada aktivitas lari, sebagai motivasi untuk membangun dan mempertahankan kebiasaan hidup sehat.
- Merancang *background* 3D untuk film animasi *Turning Point* yang mengangkat tema fenomena FOMO dalam olahraga, dengan mengembangkan elemen visual dan naratif yang menarik serta inspiratif untuk mengedukasi penonton.

1.5 Manfaat Perancangan

1.5.1 Manfaat Teoritis

Perancangan ini diharapkan bisa menjadi media informasi untuk kalangan dewasa awal mengenai dampak positif dari fenomena FOMO olahraga khususnya lari, dan memberikan pengetahuan lebih mengenai kesehatan dan kebugaran.

1.5.2 Manfaat Teoritis

1. Bagi Penulis

Melalui perancangan ini, penulis berharap dapat memperoleh pemahaman mengenai tahapan dan prinsip dalam merancang *background* 3D,

khususnya yang mengangkat tentang fenomena FOMO olahraga khususnya lari dan dampak positifnya dari fenomena tersebut.

2. Bagi Pembaca

Melalui perancangan ini, penulis berharap dapat menambah pengetahuan dan juga informasi kepada pembaca mengenai dampak positif dari fenomena FOMO olahraga lari dan juga pengetahuan tentang kesehatan dan kebugaran.

1.6 Metode Penelitian

Dalam perancangan background 3D untuk film animasi ini, peneliti akan menggunakan pendekatan metode penelitian jenis kualitatif untuk mengumpulkan dan menggali data yang dibutuhkan. Langkah awal yang dilakukan adalah studi pustaka yang bertujuan untuk memahami acuan dasar dalam perancangan visualisasi *background* animasi dan juga memahami lebih dalam berkaitan dengan informasi mengenai lingkungan objek penelitian. Informasi awal ini nantinya akan menjadi dasar untuk melakukan validasi data melalui Observasi dan wawancara dengan ahli di bidang kesehatan dan juga dokter umum. dan juga masyarakat yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga khususnya lari. Setelah itu, peneliti juga akan melakukan wawancara lebih lanjut dengan target audiens, untuk mendapatkan insight visual yang relevan dan dapat dijadikan acuan dalam proses perancangan *background* 3D ke depannya.

1.6.1 Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Pada Proses penelitian observasi penulis menggunakan dua cara untuk melakukan obserasi terhadap objek yang relevan terhadap penelitian dengan harapan bisa mendapatkan data yang maksimal serta akurat.

a. Observasi Partisipasi pasif

Pada metode ini penulis mengamati secara langsung objek penelitian yaitu di kota Bandung tepatnya di tempat yang menjadi fasilitas olahraga terutama track jogging seperti di Gasibu, track jogging di daerah Kota Bandung dan juga di Sagarua. Dan observasi ini juga dilakukan di beberapa tempat yang menyesuaikan dan mendukung alur cerita, seperti jalan Cilaki, jalan Asia Frika, dan daerah kelurahan Dago.

b. Observasi Tidak Langsung

Pada tahap observasi Tidak langsung penulis mengamati gambaran dari objek penelitian tanpa ikut serta berpartisipasi secara langsung. Penulis mengumpulkan data menggunakan alat instrumen media cetak atau elektronik serta menggunakan internet dalam mengumpulkan data. Dan data yang di cari dan diamati berkaitan dengan objek penelitian.

Observasi juga menjadi metode yang efektif ketika objek penelitian sulit diakses secara langsung. Dalam kasus ini, seperti halnya lokasi kantor agensi atau tampak atas dari suatu area yang hanya dapat dilihat dari ketinggian, penulis memilih untuk melakukan observasi tidak langsung melalui sumber digital. Salah satu media yang digunakan adalah Google Maps, yang memungkinkan penulis untuk mengamati lingkungan fisik dan tata letak lokasi dari sudut pandang udara. Pendekatan ini mempermudah pengumpulan data visual tanpa harus hadir secara fisik di lokasi, sehingga tetap mendukung keakuratan dan kelengkapan informasi yang dibutuhkan dalam proses perancangan.

2. Wawancara

Pada tahap ini penulis melakukan wawancara secara terstruktur dan tidak terstruktur dengan menyiapkan beberapa pertanyaan yang akan di tanyakan kepada narasumber. Adapun beberapa cara dalam wawancara yang kami lakukan yaitu, melakukan tatap muka langsung kepada narasumber, melakukan wawancara, diskusi dengan ahli via chat dan juga diskusi bersama-sama.

3. Studi Pustaka

Studi pustaka merupakan langkah penting dalam proses penelitian dan perancangan, termasuk dalam pengembangan elemen visual seperti background 3D dalam film animasi. Dalam konteks film *Turning Point*, yang mengangkat tema tentang dampak positif dari fenomena FOMO dalam olahraga lari, studi pustaka digunakan untuk mengkaji berbagai literatur yang berkaitan dengan fenomena FOMO, perilaku masyarakat dalam konteks olahraga, serta prinsip-prinsip desain visual yang mampu merepresentasikan atmosfer motivatif dan kompetitif. Studi pustaka juga menjadi dasar dalam memahami karakteristik visual lokasi nyata seperti kawasan Dago, Bandung, fasilitas olahraga di Bandung, dan juga monumen-monumen yang menjadi keunikan dan ciri khas objek yang menjadi inspirasi latar tempat dalam animasi. Dengan memanfaatkan referensi dari jurnal, buku, dan artikel visual maupun psikologis, perancangan background 3D dapat disusun secara konseptual dan kontekstual, sehingga mendukung penyampaian pesan dalam film secara efektif.

1.6.2 Teknik Analisis Data

A. Analisis Deskriptif

Dalam hal analisis data kualitatif, Bogdan dalam Sugiyono (2017) menyatakan bahwa Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan, lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkan ditanya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Dalam melakukan analisis data Sugiyono dalam bukunya menjabarkan model analisis miles dan huberman.

Adapun tahap tahap dalam melakukan analisis data adalah sebagai berikut:

1. Data Collection (Pengumpulan Data).

Setelah data dikumpulkan melalui metode seperti observasi dan Dokumentasi, selanjutnya adalah mulai mengorganisasi data. Mengumpulkan data terkait kebutuhan audiens, preferensi visual, dan prinsip-prinsip pedagogis yang relevan dengan edukasi kesehatan.

2. Data Reduction (Reduksi Data).

Setelah data dikumpulkan melalui metode seperti observasi dan Dokumentasi, selanjutnya adalah mulai mengorganisasi data. Mengumpulkan data terkait kebutuhan audiens & preferensi visual yang relevan dengan edukasi kesehatan. Memfokuskan pada elemen-elemen yang langsung terkait dengan perancangan 3D *Environment* yang edukatif dan menarik sesuai target audiens. Kemudian mengeliminasi data yang tidak berkaitan langsung dengan tujuan edukasi atau desain.

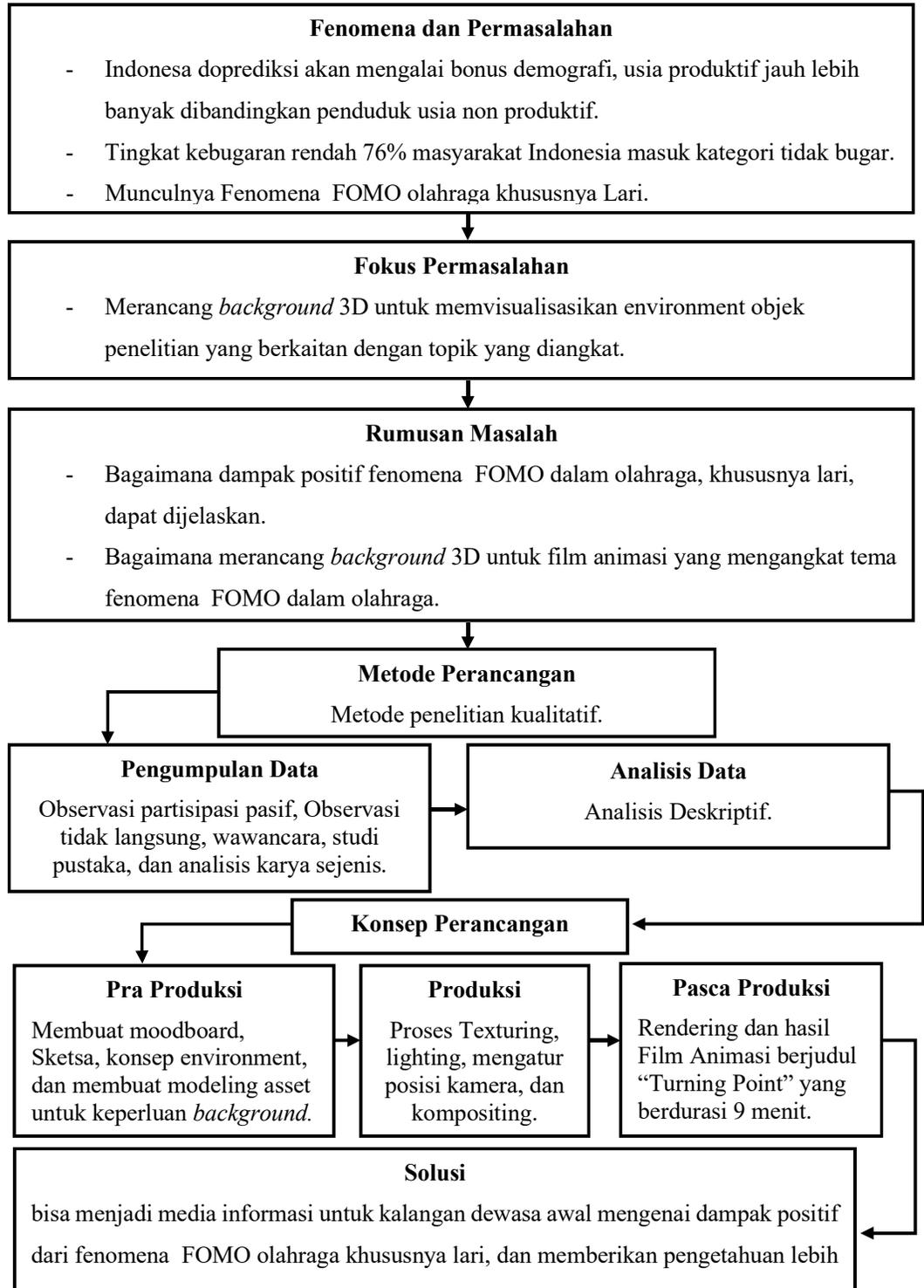
3. Data Display (Penyajian Data).

Data yang sudah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk naratif atau visual untuk mempermudah pemahaman. Dalam perancangan 3D *environment*, penyajian data berupa sketsa atau konsep visual yang menunjukkan rancangan elemen visual yang akan dibuat.

4. Conclusion Drawing/Verification (Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi).

Setelah data disajikan, langkah selanjutnya adalah menarik kesimpulan berdasarkan temuan yang ada. Dalam perancangan 3D *environment*, kesimpulan ini bisa berupa pilihan-pilihan desain yang paling cocok untuk menyampaikan pesan pada output karya yang akan dibuat. Verifikasi dilakukan dengan menguji kembali kesimpulan ini terhadap tujuan awal penelitian.

1.7 Kerangka Penelitian



Gambar 1. 1 Kerangka Penelitian

Sumber: Dokumen Pribadi

1.8 Pembabakan

- **BAB I Pendahuluan**

Memuat informasi tentang latar belakang permasalahan yang memaparkan tentang fenomena yang terjadi di kalangan remaja terkhusus untuk mahasiswa berkaitan dengan permasalahan Kurangnya Mahasiswa untuk menjaga pola hidup sehat dan aktivitas fisik. Berdasarkan latar belakang tersebut dirumuskan identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup penelitian, tujuan perancangan, cara pengumpulan data dan analisis, dan kerangka perancangan. Bab ini ditutup dengan pembabakan yang menguraikan secara singkat mengenai apa saja isi masing-masing bab.

- **BAB II Landasan Teori**

Berisi teori-teori sebagai penunjang untuk memecahkan masalah yang telah disampaikan di Bab I.

- **BAB III Data dan Analisis Data**

Berisi data-data yang dikumpulkan melalui observasi dan survei. Dilanjutkan dengan analisis lingkungan fisik, dan diakhiri dengan kesimpulan hasil analisis.

- **BAB IV Kesimpulan**

Bab terakhir ini berisi kesimpulan dan rekomendasi yang menjawab rumusan masalah dan merangkum poin-poin penting dari bab-bab sebelumnya.