



# E-Book Infografis “*Make Your Health a Priority*” untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat terhadap Pentingnya Menjaga Kesehatan

Laila Saffanah

Program studi Bahasa dan Sastra Arab, Fakultas Adab dan Ilmu Budaya, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta, 55281, Indonesia  
Email: [lailasaffanah02@gmail.com](mailto:lailasaffanah02@gmail.com)

**Abstrak.** Selama pandemi Covid-19, masyarakat menjadi lebih banyak beraktivitas di rumah. Namun, gangguan kesehatan bisa datang kapan saja karena situasi dan kondisi pandemi menambah rasa stres dan bosan dengan aktivitas yang monoton selama di rumah. Pandemi Covid-19 tidak hanya mengancam kesehatan fisik tetapi juga mental banyak orang. Oleh karena itu diperlukan media yang menarik untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan mulai dari diri sendiri. Solusi dari permasalahan tersebut adalah dengan membuat e-book infografis mengenai kesehatan. Metode yang digunakan dalam melaksanakan program kerja adalah pembuatan e-book infografis dan optimalisasi media sosial. E-book infografis ini memiliki keunggulan berupa ilustrasi dan *colorful* agar dapat memberikan informasi dengan lebih mudah dan menarik minat baca masyarakat.

**Kata Kunci:** e-book infografis; kesehatan; media sosial

**Abstract.** During the Covid-19 pandemic, people become more active at home. However, health problems can come at any time because the situation and condition of the pandemic adds to the feeling of stress and boredom with monotonous activities while at home. The Covid-19 pandemic threatens not only the physical but also mental health of many people. Therefore, it is necessary to have an attractive media to increase public awareness of the importance of maintaining health starting from yourself. The solution to this problem is to create an infographic e-book on health. The methods used in implementing the work program are making infographic e-books, optimization of social media. This infographic e-book has the advantage of being illustrated and colorful in order to provide information more easily and attracting people's reading interest.

**Keywords:** infographics e-book; health; social media

## 1. Pendahuluan

Pandemi Covid-19 membuat kita lebih banyak beraktivitas di rumah, seperti proses pembelajaran atau pekerjaan yang dialihkan melalui sistem daring dan sebagainya. Harapannya adalah agar kita tidak tertular atau menyebarkan virus. Selama pandemi berlangsung, kita menjadi lebih sering mencuci tangan, menggunakan *hand sanitizer*, serta menjaga kebersihan lingkungan. Namun, gangguan kesehatan bisa datang kapan saja. Hal ini menjadi lebih berat karena situasi dan kondisi pandemi Covid-19 yang sedang berlangsung menambah rasa stres dan bosan dengan aktivitas yang monoton selama di rumah saja.

Pandemi Covid-19 bukan hanya mengancam kesehatan fisik tetapi juga mental banyak orang. Bagaimana tidak? Penyakit yang telah menelan banyak korban jiwa di seluruh dunia ini telah menimbulkan kekhawatiran di kalangan masyarakat. Masyarakat selalu dihujani oleh berita dan informasi seputar Covid-19, baik melalui TV, media sosial, maupun internet. Maka tak heran jika banyak masyarakat mengalami gangguan mental seperti, mudah terbawa emosi, stres, dan sebagainya.

Ada banyak cara untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan mulai dari diri sendiri. Salah satunya dengan pengembangan bentuk informasi visual dalam desain grafis yaitu infografis. Menurut Mark Smiciklas, infografis adalah bentuk visualisasi yang menggabungkan data dengan desain, tujuannya untuk membantu individu dan organisasi berkomunikasi dengan memberikan pesan yang kompleks kepada target pembaca agar dapat dipahami dengan lebih mudah dan cepat. Penggunaan

infografis dalam memberikan pemahaman dan pembelajaran merupakan cara efektif terutama pada masyarakat untuk meningkatkan minat baca serta menangkap isi pesan dengan mudah dan menarik.

Terkait minat baca, menurut data United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization (UNESCO), menunjukkan persentase minat baca anak Indonesia hanya 0,01 persen. Artinya, dari 10.000 anak bangsa, hanya satu orang yang senang membaca. Oleh sebab itu, dengan membuat *e-book* infografis sebagai bentuk karya pengabdian mahasiswa untuk masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan, meningkatkan minat baca, serta bisa menginspirasi anak-anak muda milenial untuk berani berkarya dan lebih produktif selama pandemi Covid-19.

## 2. Metode

Untuk mencapai tujuan yang tercantum di atas, maka pelaksanaan pengabdian pada masyarakat dalam bentuk karya dilakukan dengan metode yang sistematis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- Observasi
- Wawancara
- Pembuatan *e-book* infografis
- Optimalisasi media sosial
- Kuesioner

## 3. Hasil dan Pembahasan

Sebelum membuat *e-book* infografis, penulis melakukan observasi pada lingkungan sekitar terutama dalam lingkup keluarga yang terkadang kurang memperhatikan hal-hal kecil mengenai kesehatan. Padahal, di era pandemi Covid-19 perlu adanya peningkatan dalam menjaga kesehatan mental maupun fisik serta kebersihan lingkungan. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, penulis berinisiatif untuk membuat *e-book* infografis guna meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan selama pandemi Covid-19.

Setelah melakukan observasi, penulis menentukan target untuk menentukan konsep desain pada *e-book* agar dapat menyesuaikan pembaca. Target utama pembaca yaitu anak-anak remaja kisaran usia 12 tahun hingga orang dewasa. Target utama tersebut dipilih karena di era modern dengan kemajuan teknologi yang semakin pesat membuat anak-anak muda milenial sangat menggandrungi media sosial. Terlebih selama pandemi berlangsung, aktivitas masyarakat dibatasi dengan tetap di rumah saja untuk memutus rantai penyebaran Covid-19. Sehingga untuk memanfaatkan kemajuan teknologi penulis mempublikasikan *e-book* infografis yang telah dibuat melalui media sosial.

Langkah selanjutnya penulis melakukan wawancara secara daring melalui aplikasi Whatsapp terhadap beberapa responden untuk mengetahui pemahaman masyarakat mengenai infografis dengan pertanyaan sebagai berikut:

1. Apa yang kamu ketahui tentang infografis?
2. Manakah yang lebih membuatmu tertarik, membaca informasi dalam bentuk artikel atau infografis? Apa alasannya?

Dari hasil wawancara, responden sudah mengetahui apa itu infografis dan mengatakan bahwa mereka lebih tertarik membaca informasi dalam bentuk infografis daripada artikel. Alasannya, mereka menjadi tidak cepat bosan ketika membaca infografis karena adanya visualisasi data dengan perpaduan warna yang dapat membuat mereka memahami informasi dengan lebih mudah.

Setelah melakukan wawancara, penulis semakin yakin untuk melakukan penyusunan *e-book* infografis dengan melakukan perancangan terlebih dahulu dalam hal tema, konsep ilustrasi, *font*, pewarnaan objek, dan tentunya keakuratan data yang diambil dari berbagai macam artikel kesehatan serta website seperti Kemenkes RI, WHO (*World Health Organization*), dan sebagainya.

Kemudian penulis mulai menyusun desain infografis dengan bantuan aplikasi ibis Paint X untuk menggambar ilustrasi dan Canva untuk bagian penulisan serta menambahkan ilustrasi lainnya. Berikut ini adalah gambar rancangan desain *e-book* infografis yang telah dibuat penulis:

### 3.1. Cover E-book

Cover pada e-book ini terdiri dari 2 bagian, yaitu cover depan dan cover belakang. Pada cover depan terdapat gambar dedaunan dengan perpaduan warna hijau dan kuning. Gambar daun yang berwarna hijau merupakan simbol alam yang bisa memberi dampak psikologi berupa efek menenangkan, meredakan stres, membuat perasaan menjadi gembira. Sedangkan, warna kuning pada daun, dalam ilmu psikologi warna dapat meningkatkan metabolisme, membantu seseorang lebih ceria, optimis, berenergi, dan bahagia serta warna krem pada cover memberi kesan lembut dan klasik. Judul tidak menggunakan bahasa Indonesia karena akan terlalu panjang sehingga kurang menarik minat pembaca. Pada cover belakang e-book didesain lebih simpel untuk memberi fokus pada quotes tentang kesehatan sehingga cover terlihat lebih kekinian dan estetik.



GAMBAR 1. (a) Cover Depan E-book (Spesifikasi Cover Depan: Ukuran: A4 150dpi, Font: Playlist Script dan Raleway); (b). Cover Belakang E-book (Spesifikasi Cover Belakang: Ukuran: A4 150 dpi, Font: Glacial Indifference)

### 3.2. Prakata dan Daftar Isi

Prakata dan daftar isi e-book juga didesain simpel dengan perpaduan warna yang hampir sama pada cover, yaitu krem dan hijau untuk memberi fokus pada tulisan.



GAMBAR 2. Prakata dan Daftar Isi. (Spesifikasi Prakata dan Daftar Isi, Ukuran: A4 150dpi, Font: Bryndan Write dan Glacial Indifference).

### 3.3. Isi E-book

Pada isi e-book, ilustrasi disesuaikan dengan topik yang dibahas dengan colorful agar pembaca tidak mudah bosan.



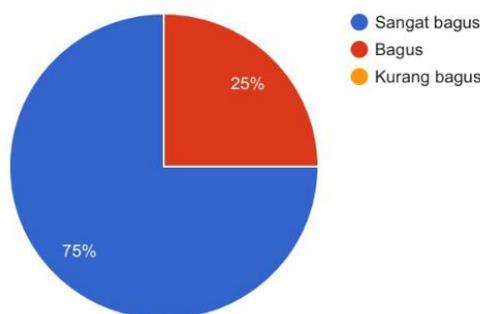
GAMBAR 3. (a) Isi E-book; (b). Isi E-book. (Spesifikasi Isi E-book, Ukuran: A4 150dpi, Font: Bryndan Write dan Glacial Indifference).

Gambar 3 merupakan beberapa materi penting yang ada di e-book. Dengan adanya pembelajaran atau pekerjaan yang dialihkan melalui sistem daring selama pandemi Covid-19 membuat seseorang menjadi lebih sering duduk di depan layar laptop atau *smartphone* sehingga sangat sedikit aktivitas bergerak yang dilakukan setiap harinya. Selain dua gambar di atas, terdapat materi penting lainnya, yaitu mengenai jalan kaki, minum air putih, mencuci tangan, anjuran untuk mengonsumsi sayuran dan buah-buahan dengan 'konsep pelangi' agar gizi yang diperoleh semakin lengkap, serta cara mengatasi rasa tidak nyaman karena stres.

Setelah penyusunan e-book selesai, penulis membuat video sosialisasi e-book infografis untuk membahas materi penting dan aplikasi yang digunakan untuk membuat e-book kemudian mempublikasikannya melalui Youtube. Penulis juga membagikan e-book melalui Whatsapp dan mencantumkan linknya pada *description box* Youtube yang dapat diakses melalui link berikut <https://youtu.be/08HNvOD527k>. Link Youtube tersebut juga telah disebarluaskan oleh penulis melalui media sosial lainnya, seperti Whatsapp, Twitter, dan Instagram.

Untuk mengetahui kesan pembaca terhadap e-book infografis yang telah dibuat, maka penulis juga menyebarkan link kuesioner <http://bit.ly/KuesionerE-bookInfografis> kepada masyarakat melalui Whatsapp dan mencantulkannya pada *description box* Youtube, adapun pertanyaan yang diberikan sebagai berikut:

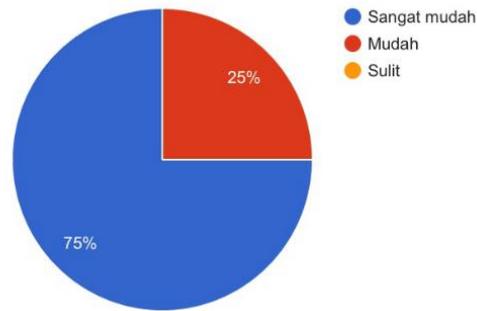
a. Menurut kamu, bagaimana desain e-book ini?



GAMBAR 4. Pie Chart Desain E-book.

Pie chart di atas merupakan pie chart desain pada e-book infografis. Dari sampel yang diambil sejumlah 28 responden menunjukkan bahwa 75% (21 orang) menyatakan sangat bagus dan 25% (7 orang) menyatakan bagus. Jadi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan desain pada e-book infografis sangat bagus.

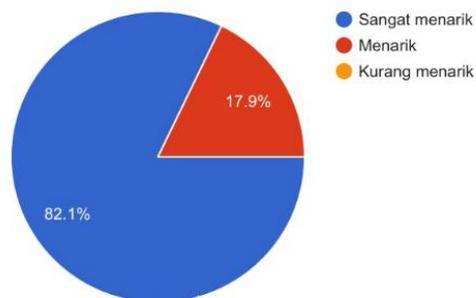
b. Apakah informasi dari *e-book* ini mudah dipahami?



GAMBAR 5. Pie Chart Informasi E-book.

*Pie chart* di atas merupakan *pie chart* informasi pada *e-book* infografis. Dari sampel yang diambil sejumlah 28 responden menunjukkan bahwa 75% (21 orang) menyatakan sangat mudah dan 25% (7 orang) menyatakan mudah. Jadi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan informasi pada *e-book* infografis sangat mudah dipahami.

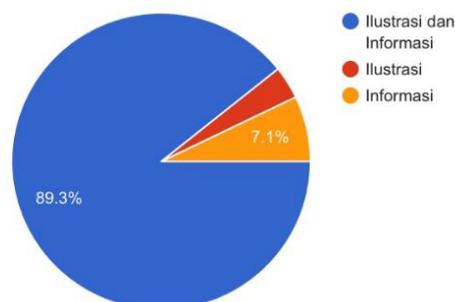
c. Apakah ilustrasi dan warna pada *e-book* ini terlihat menarik?



GAMBAR 6. Pie Chart Ilustrasi dan Warna E-book.

*Pie chart* di atas merupakan *pie chart* ilustrasi dan warna pada *e-book* infografis. Dari sampel yang diambil sejumlah 28 responden menunjukkan bahwa 82,1% (23 orang) menyatakan sangat menarik dan 17,9% (5 orang) menyatakan menarik. Jadi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan informasi pada *e-book* infografis sangat menarik.

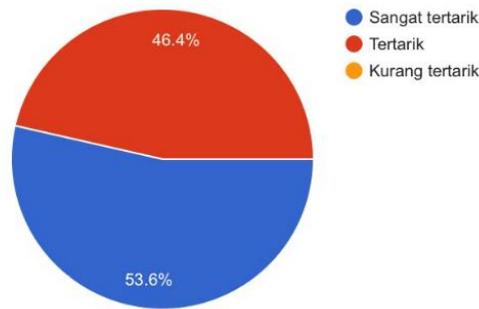
d. Bagian apa yang kamu sukai dari *e-book* ini?



GAMBAR 7. Pie Chart Bagian yang Disuka.

*Pie chart* di atas merupakan *pie chart* bagian yang disukai dari *e-book* infografis. Dari sampel yang diambil sejumlah 28 responden menunjukkan bahwa 89,3% (25 orang) menyatakan ilustrasi dan informasi, 7,1% (2 orang) menyatakan informasi, dan 1 orang menyatakan ilustrasi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan responden menyukai bagian ilustrasi dan informasi pada *e-book* infografis.

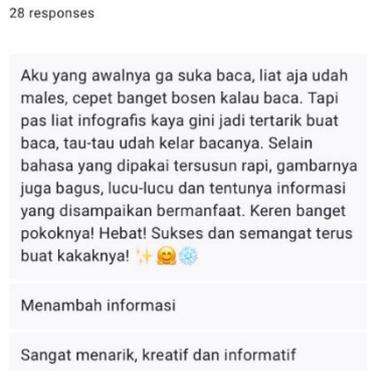
e. Apakah kamu tertarik untuk membaca *e-book* ini?



GAMBAR 8. Ketertarikan untuk Membaca *E-book*.

*Pie chart* di atas merupakan *pie chart* ketertarikan untuk membaca *e-book* infografis. Dari sampel yang diambil sejumlah 28 responden menunjukkan bahwa 53,6% (15 orang) menyatakan sangat tertarik dan 46,4% (13 orang) menyatakan tertarik. Jadi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan responden sangat tertarik untuk membaca *e-book* infografis.

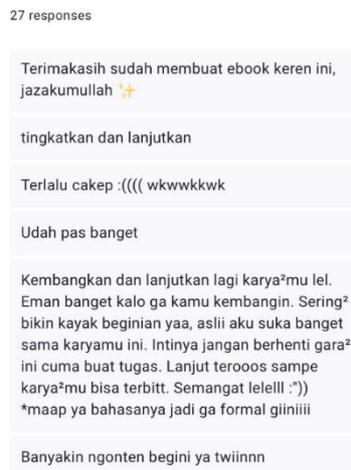
f. Bagaimana kesan kamu saat pertama kali membaca *e-book* ini?



GAMBAR 9. Kesan Pertama Membaca *E-book*.

Dari gambar di atas dapat disimpulkan bahwa responden yang sebelumnya tidak suka membaca menjadi lebih tertarik setelah membaca *e-book* infografis “*Make Your Health a Priority*” karena bahasa yang tersusun rapi, ilustrasi menarik, kreatif, dan informatif.

g. Kritik dan saran



GAMBAR 10. Kritik dan Saran untuk *E-Book*.

Dari gambar di atas mengenai kritik dan saran untuk *e-book*, dapat disimpulkan bahwa responden memberi dukungan positif untuk pengembangan *e-book* infografis selanjutnya.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka simpulan yang dapat diambil dalam pengabdian masyarakat yang berbentuk karya ini adalah sebagai berikut:

- a. Membuat *e-book* infografis untuk menarik minat baca anak-anak muda milenial adalah dengan adanya unsur visual serta memanfaatkan kemajuan teknologi melalui media sosial.
- b. Masyarakat terutama anak-anak muda sangat mendukung kehadiran *e-book* infografis mengenai kesehatan karena tidak membuat mereka cepat bosan saat membacanya.
- c. Di era modern seperti saat ini masyarakat lebih memperhatikan informasi yang didesain dengan tambahan ilustrasi yang menarik dan kreatif serta perpaduan warna yang sesuai tetapi tidak mengurangi pesan dari informasi yang disampaikan.
- d. *E-book* infografis perlu dikembangkan karena selain dapat meningkatkan minat baca tetapi juga menginspirasi generasi muda bangsa untuk berani berkarya dan lebih produktif.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada keluarga, sahabat, rekan-rekan dan pihak-pihak lainnya yang telah memberi dukungan moral dan masukan atas tersusunnya *e-book* infografis "*Make Your Health a Priority*" dan dipublikasikan tepat waktu serta mendapat respon positif dari masyarakat terutama anak-anak muda milenial.

#### Daftar Pustaka

- A. Raswanto. Apa Itu Infografis? [www.houseofinfographics](http://www.houseofinfographics), diakses pada Minggu, 23 Agustus 2020.
- C. C. Amiranti. Minat Baca Anak Rendah, Perlu Terobosan Baru? [www.edukasi.kompas.com](http://www.edukasi.kompas.com), diakses pada Sabtu, 22 Agustus 2020.
- J. D. Muktiono. *Aku Cinta Buku*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2003.
- M. Smiciklas. *The Power of Infographics*. Indianapolis: Que Publishing, 2012.
- Polisky, A. (2013). *Data Visualization E-Book: Building a New View of Your Corporate Data*. Sherman Oaks, CA 91403, USA: SAS Best Practices.
- Siricharoen, W. V. (2013). *Infographics: The New Communication Tools in Digital Age*. The International Conference on E-Technologies and Business on the Web (EBW2013) (pp. 169-174). Bangkok: University of the Thai Chamber of Commerce.

