

ABSTRAK

Jaman serba *modern* dan serba instan sekarang ini membuat gaya hidup masyarakat berubah. Padatnya aktivitas masyarakat membuat waktu untuk sekedar makan saja menjadi berkurang, jam-jam makan kantor saja hanya diberi waktu satu jam. Oleh karena itu banyak yang lebih memilih untuk memakan makanan siap saji yang sering disebut dengan *junk food*. Belum lagi tugas-tugas sekolah dan kuliah yang menumpuk yang membuat para remaja sering bergadang dan tidak punya waktu untuk berolahraga, kadang aktivitas remaja yang menghabiskan waktu banyak juga membuat mereka menjadi malas untuk berolahraga karena sudah lelah. Begitu pula dengan transportasi yang memadai sehingga orang lebih sering memakai mobil atau motor ketimbang jalan kaki atau bersepeda, dan tak terasa berat badan pun bertambah drastis, diet ketat pun dipilih sebagai jalan akhir. Diharapkan dengan adanya buku yang membahas tentang mitos dan fakta seputar diet ini remaja wanita khususnya di Bandung tidak akan mengikuti lagi mitos-mitos diet yang merugikan.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR ORISINALITAS LAPORAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR PUSTAKA.....	xi

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup.....	2
1.3 Tujuan Perancangan.....	2
1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data.....	3
1.5 Skema Perancangan.....	4

BAB II LANDASAN TEORI

2.1 Pengertian Mitos.....	5
2.2 Pengertian Desain Grafis.....	5

2.3 Pengertian Buku.....	6
2.4 Layout.....	7
2.5 Tipografi.....	9
2.6 Elemen Teks.....	10

BAB III DATA DAN ANALISIS MASALAH

3.1 Data dan Fakta.....	15
3.1.1 Perusahaan / Lembaga Terkait.....	15
3.1.1.1 Data dan Fakta Seputar Diet.....	16
3.1.1.2 Data Wawancara.....	19
3.1.1.3 Data Kuesioner.....	24
3.1.2 Tinjauan Terhadap Proyek Sejenis.....	28
3.2 Analisis Terhadap Permasalahan.....	29
3.2.1 Segmentasi.....	29
3.2.2 Targetting.....	30
3.2.3 Positioning.....	30
3.2.4 SWOT.....	30

BAB IV PEMECAHAN MASALAH

4.1. Konsep Komunikasi.....	31
4.2 Konsep Kreatif.....	31

4.2.1 Konsep Verbal.....	31
4.2.2 Konsep Visual.....	31
4.3 Konsep Media.....	32
4.4 Budgetting.....	33
4.5 Hasil Karya.....	34
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	viii

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Skema Perancangan.....	4
Gambar 3.1 Perbedaan <i>fat loss</i> dan <i>weight loss</i>	19
Gambar 3.2 <i>Snapshot</i> buku “Diet Sehat Tanpa Lapar”.....	28
Gambar 3.3 <i>Snapshot</i> buku “Mitos Kesehatan”.....	28
Gambar 4.1 Budgetting Biaya Produksi.....	33
Gambar 4.2 Budgetting Biaya Promosi.....	33
Gambar 4.3 Cover depan, punggung buku, dan cover belakang.....	34
Gambar 4.4 <i>Half Title</i>	36
Gambar 4.5 Halaman Prakata.....	36
Gambar 4.6 Halaman Daftar Isi.....	37
Gambar 4.7 Halaman Pembatas Bab 1.....	37
Gambar 4.8 Halaman Pembatas Bab 2.....	38
Gambar 4.9 Halaman Pembatas Bab 3.....	38
Gambar 4.10 Layout Halaman Isi 1.....	39
Gambar 4.11 Layout Halaman Isi 2.....	39
Gambar 4.12 Layout Halaman Isi 3.....	40
Gambar 4.13 Layout Halaman Isi 4.....	40
Gambar 4.14 Layout Halaman Isi 5.....	41
Gambar 4.15 Layout Halaman Isi 6.....	41

Gambar 4.16 Layout Halaman Isi 7.....	42
Gambar 4.17 Layout Halaman Isi 8.....	42
Gambar 4.18 Layout Halaman Isi 9.....	43
Gambar 4.19 Layout Halaman Isi 10.....	43
Gambar 4.20 Layout Halaman Isi 11.....	44
Gambar 4.21 Layout Halaman Isi 12.....	44
Gambar 4.22 Layout Halaman Isi 13.....	45
Gambar 4.23 Layout Halaman Isi 14.....	45
Gambar 4.24 Layout Halaman Isi 15.....	46
Gambar 4.25 Layout Halaman Isi 16.....	46
Gambar 4.26 Layout Halaman Isi 17.....	47
Gambar 4.27 Halaman Daftar Pustaka.....	47
Gambar 4.28 Poster Promosi Buku.....	48
Gambar 4.29 X-Banner Promosi Buku.....	48
Gambar 4.30 Pembatas Buku.....	49