

Perancangan *Website* tentang Pengaruh Menonton Mokbang terhadap Remaja Akhir Usia 20-24 Tahun

Angela Merici

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, Universitas
Multimedia Nusantara
angela.merici@student.umn.ac.id

Joseph Reinaldo Lolong

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, Universitas
Multimedia Nusantara
joseph.reinaldo@lecturer.umn.ac.id

ABSTRAK

Mokbang merupakan sebuah siaran daring yang menampilkan seseorang makan dalam jumlah banyak. Video mokbang merupakan sebuah tren dari Korea Selatan, yang kini populer di Indonesia, terutama pada kaum muda. Namun, video mokbang tersebut bisa berdampak terhadap kepada pola makan seseorang, seperti membuat lapar, keinginan makan berlebih, dan dapat berkontribusi sebagai faktor penyebab *binge-eating disorder*. Jika seseorang tidak mengerti akan dampak tersebut dan mengontrol jumlah makannya, maka kesehatan mereka akan memburuk. Minimnya informasi akan tayangan mokbang membuat penonton tidak menyadari akan dampak tersebut. Oleh karena itu, penulis merancang *website* untuk dijadikan wadah informasi mengenai dampak buruk tayangan mokbang agar dapat dipahami kaum muda dan mencegah munculnya gangguan kesehatan. Penulis menggunakan metode perancangan berupa wawancara, kuesioner, dan *focus group discussion*. Dari penelitian ini, penulis membuat sebuah *website* edukasi interaktif yang membahas tentang dampak dari tayangan mokbang.

Kata Kunci: *website*, mokbang, pengaruh, kesehatan, remaja akhir

PENDAHULUAN

Mokbang merupakan sebuah siaran daring yang menghadirkan sebuah tayangan di mana seseorang (disebut *mukbanger*) menyiarkan dirinya memakan makanan dengan kuantitas banyak kepada penontonnya (Margawati, et al., 2020; Kamus Besar Bahasa Indonesia). Mokbang berasal dari gabungan dua kata dalam bahasa Korea, yaitu *meokneun* (makan) dan *bangsong* (siaran). Acara mokbang ini telah menjamur di Indonesia melalui Youtube, Facebook, dan Instagram. Kegiatan menonton video mokbang terkenal di kalangan para remaja. Alasan mereka menonton video mokbang dapat beragam, mulai dari rasa penasaran, rasa bosan (Adrian, 2020), dan memiliki rasa kepuasan melihat seseorang makan (Anjani, et al., 2020).

Sebuah tontonan dapat mempengaruhi perilaku bahkan pola pikir seseorang (Hermawanto & Wardani, 2021). Mokbang dapat mempengaruhi psikologis penonton untuk makan dalam porsi berlebih (Margawati, et al., 2020). Ditambah

lagi, sebagian besar makanan yang ditampilkan adalah makanan cepat saji (Margawati, et al., 2020), yaitu makanan yang mengandung tingkat lemak dan kalori yang tinggi (Sulistyowati, et al., 2019).

Mokbang juga memberikan persepsi yang keliru kepada masyarakat, yaitu memakan dalam porsi banyak tidak akan menyebabkan kegemukan (Hong dan Park, 2018, dikutip dalam Kircaburun, et al., 2021, hal. 1202) dan secara tidak langsung mempromosikan *binge-eating* (Associated Press, 2019, dikutip dalam Kircaburun, et al., 2021, hal. 1205), yaitu kelainan memakan makanan dalam porsi banyak di atas batas normal. Jika efek negatif ini tidak disadari, maka akan membawa pengaruh buruk terhadap kesehatan penontonnya.

Oleh karena itu, pengetahuan akan efek negatif dari menonton acara mokbang harus ditingkatkan untuk menghindari risiko negatif terhadap kesehatan. Telah ada beberapa media informasi seperti artikel pada *website* kedokteran dan jurnal ilmiah yang membahas tentang pengaruh tersebut. Tapi, media tersebut belum memiliki cara penyampaian yang efektif dan interaktif untuk kaum remaja akhir sehingga mereka tidak tertarik untuk mengaksesnya, yang mengakibatkan kurangnya pemahaman akan pengaruh menonton mokbang. Padahal, penting bagi remaja untuk mengerti akan pengaruh dari video mokbang terhadap kesehatan mereka.

Berdasarkan argumen dan data yang penulis dapatkan, penulis memutuskan untuk merancang *website* dalam memberikan edukasi tentang kegiatan menonton mokbang dan efek yang akan ditimbulkan pada remaja laki-laki dan perempuan berusia 20-24 tahun. Rancangan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru dan kewaspadaan para remaja untuk lebih menyaring konten video mokbang dan mengerti akan efek kesehatan dan sosial yang ditimbulkan agar para remaja dapat mengurangi efek negatif dari konten tersebut.

KAJIAN TEORI

Pengertian *Website*

Sebuah *website* merupakan gabungan dari beragam halaman website dalam satu *domain* yang sama dan ditampilkan melalui *web browser*, yang dapat diakses dengan mudah melalui *device* yang memiliki koneksi internet. Pada zaman sekarang, *website* dapat diakses dari perangkat yang beragam karena telah dirancang untuk dapat merespon dari perangkat yang berbeda (Griffey, 2020).

Sebuah *website* dapat memiliki unsur gamifikasi, yaitu sebuah teknik yang mengimplementasikan unsur permainan ke dalam skenario yang tidak berhubungan dengan permainan. Gamifikasi dapat lebih menjangkau *user* pada suatu tujuan tertentu karena memiliki *engagement* tinggi dalam memotivasi mereka (Griffey, 2020, hal. 15). Suatu *engagement* merupakan pengalaman yang melibatkan konsentrasi, ketertarikan, kesenangan dengan unsur kebiasaan, afektif, dan kognitif seseorang dalam menjalankan suatu tugas (Shernoff, 2013; Connell & Welborn, 1991 dalam Kim, et al., 2018)

Pengertian Mokbang

Mokbang berasal dari 2 gabungan bahasa Korea yaitu *meokneun* (makan) dan *bangsong* (siaran), merupakan sebuah siaran daring yang menampilkan seseorang (dikenal sebagai *mukbanger*) memakan makanan dengan jumlah banyak dalam waktu singkat (Margawati, et al., 2020). Tren mokbang ini berasal dari Korea Selatan, yang kemudian meluas kepopulerannya ke berbagai negara, termasuk Indonesia.

METODOLOGI

Metode penelitian yang dilakukan adalah *mixed methods research*, metode pendekatan dengan menggabungkan data dari penelitian kuantitatif dan kualitatif (Creswell, 2018).

Pada penelitian kuantitatif, penulis melakukan penyebaran kuesioner kepada *target user* tentang pemahaman dan komentar *user* terhadap efek menonton mokbang. Pada penelitian kualitatif dilakukan untuk mengetahui kegiatan menonton mokbang, efek positif dan negatif dari tayangan mokbang, dan teknis perancangan UI/UX yang baik. Penulis melakukan wawancara dengan *target user* (laki-laki dan perempuan berusia 20-24 tahun, yang memiliki ketertarikan atau pernah menonton video mokbang dan cenderung malas mencari informasi dari artikel atau jurnal ilmiah yang kurang menarik), ahli gizi, psikolog, dan dosen UI/UX. Penulis juga melakukan *focus group discussion* dengan *target user*.

Selain itu, penulis melakukan studi literatur tentang efek dari menonton mokbang, cara pencegahannya, dan anjuran asupan gizi. Penulis juga melakukan studi referensi dan eksisting terhadap beberapa *website* edukasi yang ada untuk dijadikan sebagai referensi konsep media.

Penulis menggunakan metode perancangan *universal methods of design* oleh Martin dan Hanington (2012), yang terdapat lima fase perancangan; *planning*, *exploration*, *concept generation*, *evaluation*, dan *launch and monitor*.

Planning

Fase pertama bertujuan dalam memetakan suatu masalah dan batasan tertentu pada perancangan yang akan dibuat. Pada fase ini, penulis melakukan penelitian latar belakang pada perumusan masalah dan *secondary research*. Latar belakang dari permasalahan tersebut adalah remaja laki-laki dan perempuan berusia 20-24 tahun yang belum memiliki pengetahuan yang dalam tentang pengaruh dari tayangan mokbang terhadap mereka.

Exploration

Fase kedua merupakan tahap *immersion* pada *target user* terkait masalah yang diangkat dan merencanakan proyek desain. Fase ini selaras dengan metode kuantitatif dan kualitatif yang dijelaskan oleh Creswell (2018), sehingga penulis melakukan pengambilan data melalui kuesioner, wawancara, dan *focus group discussion*.

Guna untuk mengetahui masalah, kebiasaan menonton mokbang, dan saran konten atau fitur rancangan dari pandangan *target user*, penulis melakukan wawancara, *focus group discussion*, dan membagikan kuesioner kepada *target user*.

Wawancara ahli juga dilakukan dengan seorang ahli gizi dan psikolog untuk mengetahui dan memvalidasi masalah mengenai kurangnya kesadaran remaja tentang pengaruh menonton mokbang bagi kesehatan dan psikologis mereka, juga mendapatkan saran konten fitur perancangan. Wawancara juga dilakukan dengan dosen UI/UX untuk mengetahui solusi dan anjuran dalam merancang *website* yang efektif untuk topik permasalahan yang diangkat.

Concept Generation

Pada fase *concept generation*, data dan informasi yang didapatkan dari dua tahap sebelumnya dipakai untuk merancang konsep desain, konten (isi) dan fitur-fitur lainnya. Dalam fase ini, penulis membuat *mind-mapping*, *persona*, *user journey maps*, *image boards*, *flowchart*, *information architecture*, dan *prototype low fidelity*.

Evaluation

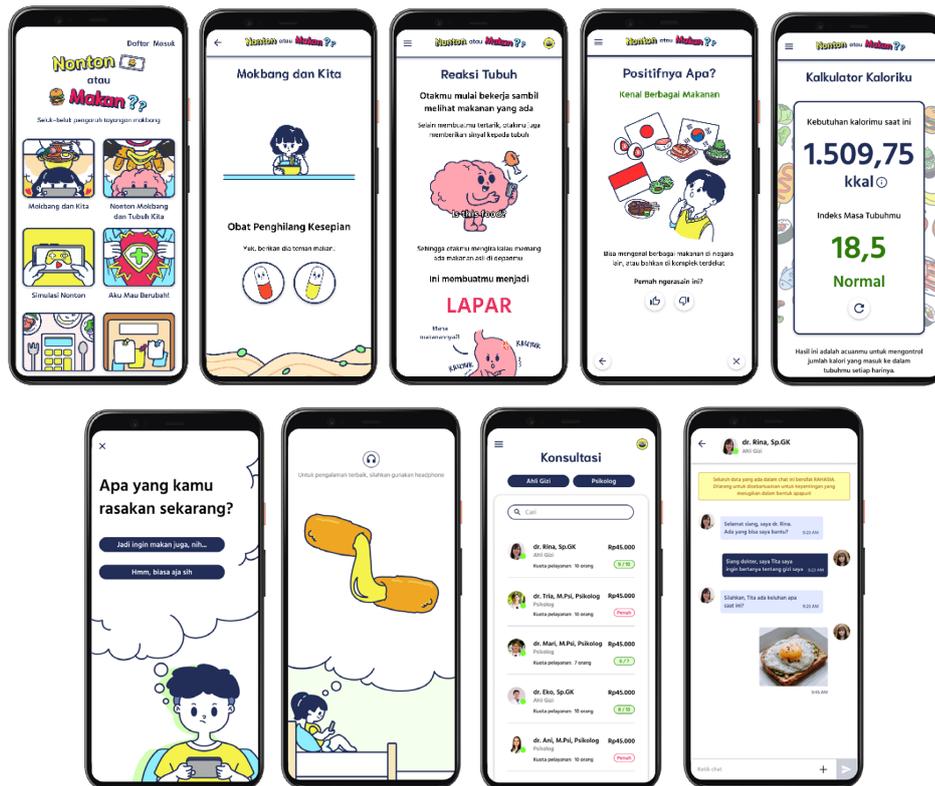
Pada tahap perancangan *high fidelity*, penulis merancang bentuk visual akhir dari perancangan *low fidelity* yang telah dibuatkan sebelumnya. Hal ini meliputi pembuatan aset UI/UX beserta ilustrasi akhirnya hingga layak untuk diuji coba.

Launch and Monitor

Pada fase terakhir, penulis melakukan *alpha* dan *beta test* terhadap perancangan penulis kepada *target user*.

PEMBAHASAN

Penulis merancang sebuah *website* untuk dijadikan sebagai media informasi dan edukasi mengenai pengaruh mokbang tersebut. Rancangan ini menyediakan informasi melalui artikel ilmiah singkat interaktif yang melibatkan interaksi dari *user*, simulasi atau gamifikasi seperti simulasi singkat bagi *user* untuk mengetahui bagaimana mokbang dapat mempengaruhi kesehatan terutama dalam mengubah pola makan dan berat badan mereka, juga terdapat fitur konsultasi dengan ahli gizi dan psikolog supaya *user* mendapatkan saran kesehatan yang lebih kredibel. Semua informasi konten dalam perancangan merupakan hasil gabungan dari informasi ilmiah yang didapatkan dari studi literatur dan wawancara dengan ahli.



Gambar 1 Mockup Hasil Perancangan. (Sumber: Merici, 2022)

Website tersebut telah diuji coba sebanyak empat kali dengan *alpha test* dan *beta test* kepada *target user* laki-laki dan perempuan berusia 20-24 tahun, psikolog, dan dosen UI/UX. *Alpha test* dan *beta test* dilakukan secara *online* dengan subjek menguji coba keseluruhan *prototype* dan memberikan penilaian dan saran melalui kuesioner dan wawancara *online*. Penulis mendapatkan hasil akhir dengan nilai 4.7 dari 5 pada perancangan website tersebut. Subjek merasa bahwa mereka telah mendapatkan pengetahuan baru dan menilai bahwa perancangan penulis menarik.

Walaupun demikian, penulis juga mendapatkan saran untuk memperbaiki kekurangan teknis minor seperti hirarki visual, navigasi, tampilan halaman utama, dan ukuran *font* karena beberapa *target user* mengalami kesulitan dan kebingungan dalam menggunakan website tersebut.

SIMPULAN & REKOMENDASI

Dapat disimpulkan bahwa perancangan website penulis dapat dijadikan sebagai media informasi yang menarik dan menyenangkan untuk membantu *target user* dalam memahami pengaruh kegiatan menonton video mokbang terhadap kesehatan dan gaya hidupnya.

Tata letak visual dan navigasi memiliki peran penting dalam membantu *user* untuk mengakses konten dalam suatu website. Tata letak yang baik akan memudahkan *user* dalam penggunaan website sehingga *user* dapat memahami konten yang ada.

Namun, *alpha test* dan *beta test* yang telah dilakukan belum melibatkan penilaian konten dari ahli gizi karena terbatasnya waktu dan kesulitan dalam mendapatkan subjek berkaitan yang bersedia sehingga kurangnya faktor penentu kredibilitas konten yang telah dirancang. Disarankan dalam menguji coba sebuah rancangan untuk dapat diuji cobakan kepada semua *stakeholder* yang berkaitan ke depannya untuk meningkatkan kredibilitas konten perancangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, K. (2020, Oktober 3). *Dampak positif dan negative dari menonton video mukbang bagi kesehatan*. Alodokter. <https://www.alodokter.com/dampak-positif-dan-negatif-dari-menonton-video-mukbang-bagi-kesehatan>.
- Anjani, L., Mok, T., Tang, T., Oehlberg, L., & Goh, W.B. (2020). *Why do people watch others eat food? An empirical study on the motivations and practices of mukbang viewers*. Proceedings of the 2020 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 1-13. <https://doi.org/10.1145/3313831.3376567>.
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.)*. Amerika Serikat: SAGE Publications.
- Griffey, J. (2020). *Introduction to interactive digital media: Concept and practice*. New York: Routledge.
- Hermawanto, A. & Wardani, L. M. I. (2021). *Tontonan dan pola berpikir*. Buletin KPIN (Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara), 7(7). <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/812-tontonan-dan-pola-berpikir>.
- Kim, S., Song, K., Lockee, B., & Burton, J. (2018). *Gamification in learning and education: Enjoy learning like gaming*. Switzerland: Springer.
- Kircaburun, K., Harris, A., Calado, F., & Griffiths, M. D. (2021). *The psychology of mukbang watching: A scoping review of the academic and non-academic literature*. International Journal of Mental Health and Addiction, 19(6), 1190–1213. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00211-0>.
- Margawati, A., Wijayanti, H.S., Faizah, N.A., & Syaher, M.I. (2020). *Hubungan menonton video mukbang autonomous sensory meridian response, keinginan makan dan uang saku dengan asupan makan dan status gizi mahasiswa*. Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition), 8(2), 102-109. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/article/view/28147/17271>.
- Martin, B. & Hanington, B. (2012). *Universal methods of design: 100 ways to research complex problems, develop innovative ideas, and design Effective solutions*. Rockport Pulisher: Amerika Serikat.
- Sulistiyowati, Y., Ariestanti, Y., & Widayati, T. (2019). *Ada hubungan konsumsi fast food dengan kejadian gizi lebih pada remaja di perkotaan*. Jurnal Biomedika dan Kesehatan, 3(1), 83-89.