

UNIVERSITAS BINA NUSANTARA

School of Design
Visual Communication Design
New Media Program
Skripsi Sarjana
Semester Genap 2014/2015

“COLLEGE STUDENTS COOKBOOK:

Chef Ala Mahasiswa”

Puteri Sonia Ramadana

1501196992

Abstract

Cooking has become a routine that is considered important in everyone's daily lives, and even sometimes it is considered a hobby that is enjoyed by some circles. The circle that needs better education in cooking in this dissertation is for college students. College students in general is still a teenager and most teenagers have poor eating habits. Many young people in general consumes food in an amount that is not balanced and less nutritious. It is caused by several factors, for example, economic conditions, access to a quality shopping center, time limitations, as well as insight into the nutrition facts limitation. In general, the case that often occur in students is the time limitations, the notion that cooking is difficult and complicated, and in a matter of setting the budget for his own life. Students do not have all the money in the world for consumption, they have to think about funding for college requirements, and other basic necessities. Frequently, college students decided to cook for themselves to save costs, but the common thing that they always cook is instant foods which has nutrition that is not well enough to eat every day. Cultivation of books on College Students Cookbook is expected to sensitize and educate students or teenagers who want to start cooking by themselves, but do not have much

time for planning, and to show them that there is a way to overcome all these problems. To create and design a book contains all information about recipes and tips in the kitchen, equipped with illustrations to clarify information and recipes that can be practiced by the readers themselves. Cultivation of this book takes a long time, because any information that is carefully cultivated, and illustrations made in such a way so as to attract and further clarify the contents of the book.

Keywords :college students, cook book, cooking, healthy lifestyle

Abstrak

Memasak telah menjadi rutinitas yang dianggap cukup penting dalam kehidupan sehari-hari, yang terkadang merupakan hobi yang dinikmati oleh beberapa kalangan. Dunia kuliner pada saat ini bisa dibilang sedang naik daun, dapat kita lihat di berbagai media yang bermunculan, seperti televisi dan social media. Kuliner secara tidak sadar telah menjadi lifestyle seseorang dan dapat menghilangkan stres bagi sebagian masyarakat. Mahasiswa pada umumnya masih remaja dan kebanyakan remaja mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik. Banyak remaja pada umumnya yang sering mengonsumsi makanan dalam jumlah yang tidak seimbang dan kurang bernutrisi. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, contohnya, kondisi ekonomi, akses ke pusat perbelanjaan yang berkualitas, keterbatasannya waktu, dan juga keterbatasan wawasan akan fakta nutrisi. Pada umumnya, kasus yang sering terjadi pada mahasiswa adalah keterbatasannya waktu, anggapan bahwa memasak itu sulit dan ribet, dan dalam masalah pengaturan budget untuk kehidupan sendiri. Penggarapan buku tentang College Students Cookbook ini diharapkan dapat menyadarkan dan mengedukasi mahasiswa atau remaja yang ingin memulai masak sendiri, namun tidak memiliki banyak waktu untuk perencanaan, bahwa ada cara untuk mengatasi semua permasalahan tersebut. Untuk itu dikemaslah sebuah buku ini berisi informasi tentang resep dan tips di dapur, dilengkapi dengan ilustrasi untuk memperjelas informasi dan resep-resep yang dapat dipraktikkan pembacanya sendiri. Penggarapan buku ini memakan waktu yang cukup lama, karena setiap informasi yang ada digarap secara seksama, dan ilustrasinya dibuat sedemikian rupa sehingga menarik dan semakin memperjelas isi buku.

Kata kunci :mahasiswa, buku resep, masak, hidup sehat