

ABSTRAK

Kesehatan merupakan hal yang paling penting. Untuk menjaga kesehatan, kita harus mulai dari memahami makanan apa yang kita makan sehari-hari.

Untuk mengurangi jumlah angka masyarakat yang sakit karena ketidaktahuan atas makanan apa yang mereka makan sehari-hari, dibutuhkan sebuah pengetahuan *fundamental* tentang makanan yang seharusnya kita makan sehari-hari. Penyebaran informasi dapat dilakukan berupa *Motion Graphic* dengan media *platform Instagram*.

Penelitian ini bertujuan untuk membantu masyarakat mengenali makanan apa saja yang mereka makan sehari-hari sehingga masyarakat yang sakit karena pola makan mereka yang masih kurang baik bisa berkurang.

Kata Kunci: *Motion Graphic*, Kesehatan, Sehat, Makanan Sehat, *Instagram*.



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

Health is one of the most important thing in life. To keep our body healthy, we may know what kind of food we consume each day.

To prevent the number of illness of people who don't know what kind of food they should eat, they need a basic knowledge about what kind of food they should eat. This information can be spreaded with Motion Graphics through social media such as Instagram.

This research aims to people who don't know what food they shall eat each day so people can be healthier and reduce the number of illness.

Keyword: Motion Graphics, Health, Healthy, Healthy Food, Instagram

