

ABSTRAKSI

Jaman sekarang mulai banyak orang yang memiliki pola makan tidak sehat. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang pola makan sehat, sehingga banyak orang yang tidak mengetahui pola makan sehat dan masyarakat memakan sembarang makanan tanpa melihat akibat yang terjadi. Contohnya saja seringkali memakan *junk food* tetapi jarang memakan buah-buahan ataupun sayur-sayuran. Banyak penyakit yang disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat yaitu, kolesterol tinggi dan obesitas yang dapat memberikan risiko penyakit lain sehingga terjadi *metabolic syndrome*. Ada beberapa tindakan yang dapat dilakukan untuk menanggulangi masalah pengenalan pola makan tidak sehat, salah satunya dengan menggunakan media game, karena dengan menggunakan media game sebagai pembelajaran akan membuat seseorang lebih tertarik untuk mempelajari materi yang disampaikan. Game akan dibuat dalam bentuk board game. Board game ini juga akan menggunakan *companion app* yang digunakan untuk membantu permainan sebagai *record keeping*. Dasar teori yang digunakan adalah pola makan sehat, board game, AGE Framework, game balance dan flat design. Analisis dilakukan untuk mengetahui pola makan masyarakat dengan cara kuesioner dan wawancara serta analisis tipe board game dengan kuesioner. Komponen board game terdiri dari kartu dan token yang didesain menggunakan Adobe Illustrator dan *companion app* dengan menggunakan Unity. Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa board game ini sudah membantu pemain untuk memahami pola makan sehat dan *companion app* yang dibuat membantu pemain dalam mencatat status mereka. Saran dari pemain adalah menambah jumlah kartu makanan yang berkolesterol, jumlah pemain diperbanyak dan kartu sehat diubah bentuknya agar lebih efisien.

Kata Kunci: *Board Game, Pola Makan Sehat, Companion App*