

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 latar belakang

Orang-orang yang tinggal di perkotaan cenderung mengalami stress oleh karena kesibukan dan kemacetan yang sering terjadi. Stress dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit kronis seperti kanker, jantung, diabetes dan stroke. Banyak pakar kesehatan menasihati setiap orang agar dapat mengelola stress yang merupakan bagian dari kesehatan secara keseluruhan. Stress, depresi dan cemas mudah dialami oleh jenis kelamin wanita.

(www.health.harvard.edu, 2004 diakses pada tanggal 13 November 2013 pukul 17.00 WIB)

Para wanita khususnya yang telah menikah cenderung memiliki tingkat stress lebih tinggi dibandingkan wanita tidak menikah, terutama wanita yang punya anak sambil bekerja, wanita hamil, wanita yang hanya berprofesi sebagai Ibu rumah tangga tetapi pendapatan rendah dan wanita yang dalam keadaan bercerai. Untuk itu perlu penanganan stress yang tidak perlu mengeluarkan banyak uang, dapat menghasilkan *income* dan efektif dalam menangani stress yaitu merajut dan merenda.

Merajut dan merenda telah diakui sebagai cara yang efektif bagi masyarakat untuk mengelola stress (<http://www.prlog.org/10179509-knitting-and-crochet-offer-long-term-health-benefits.html>, diakses pada tanggal 13 november 2013 pukul 17.00 WIB), tidak hanya itu *hobby* merajut dan merenda telah sangat berguna bagi orang-orang yang mengalami stress umum dan yang memiliki sakit jangka panjang menurut penelitian para ilmuwan Amerika dan ahli Fisioterapi senior Betsan Corkhill beserta *Universitas Harvard Medical school* tahun 2005. Menurut para peneliti banyak pasien di rumah sakit yang memiliki hobby merajut dan merenda pulih lebih cepat dibandingkan dengan pasien lainnya.

(www.Republika.co.id, 2010, diak ses pada tanggal 13 November 2013

pukul
17.00 WIB).

Ternyata kebiasaan merajut dan merenda telah ada pada jaman Medieval di Eropa. (www.sca.org, diakses pada tanggal 13 November 2013 pukul 17.00 WIB). Merajut disebut sebagai “*timeless arts*” oleh karena itu beberapa kota di dunia sering mengadakan festival merajut dan merenda. di Indonesia diadakan pula Festival Rajutan bertepatan dengan Festival yang diadakan di luar negeri. Festival Rajutan Indonesia pada awalnya didirikan oleh sekelompok pecinta merajut dan merenda. Tujuan diadakannya Festival ini untuk memperkenalkan seni merajut dan merenda tetapi bukan sebagai *hobby* saja bahkan seni merajut dan merenda merupakan salah satu cara untuk mencegah stress terutama para kaum wanita yang tinggal di kota-kota besar.

Dalam keilmuan Komunikasi Visual untuk memperkenalkan kegiatan merajut dan merenda yang merupakan salah satu cara untuk mencegah stress diperlukan kampanye. Hal itu dikarenakan tidak semua orang mengetahui terutama para wanita akan dampak positif dari seni merajut dan merenda.

1.2 Permasalahan dan ruang lingkup

1.2.1 Permasalahan

Berdasarkan fenomena diatas terdapat permasalahan yang perlu dipecahkan diantaranya :

- Bagaimana memperkenalkan kegiatan merajut dan merenda sebagai sarana untuk mengelola stress ?

1.2.2 Ruang Lingkup

Penulis membatasi permasalahan dengan target *audience* yang adalah para wanita Indonesia usia 20-40 tahun berdomisili di Jakarta dan Bandung. penulis akan membahas mengenai strategi promosi yang sesuai dengan target utama.

1.3 Tujuan Perancangan

Tujuan dalam perancangan ini adalah

- Untuk memperkenalkan kegiatan merajut dan merenda sebagai sarana untuk mengelola stress dengan menggunakan strategi kampanye yang sesuai dengan target utama.

1.4 Sumber dan teknik pengumpulan data

1.4.1 Sumber

Sebagai penunjang kelengkapan data dan fakta diperoleh dari website pendidikan dan penelitian seperti Universitas *Harvard medical School* dan Universitas *Maryland*.

1.4.2 Teknik pengumpulan data

1. Studi literatur

Studi literatur dilakukan melalui buku-buku, website pendidikan, penelitian dan media massa sebagai sumber referensi.

2. Kuesioner

Kuesioner dibagikan kepada 100 wanita yang telah menikah usia 20-30 tahun di kota Jakarta dan Bandung untuk mengetahui apakah kegiatan merajut dan merenda dapat menghilangkan stress.

3. Wawancara

Wawancara dilakukan pada ahli Psikolog dan dari komunitas merajut dan merenda Indonesia.

