

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peradaban manusia telah melewati berbagai macam waktu, hal ini diikuti dengan segala macam perkembangannya. Seiring dengan berkembangnya waktu, manusia melakukan banyak terobosan dan penemuan baru untuk mengatasi dan memecahkan permasalahan hidup / mempermudah usaha, yang biasa mereka sebut sebagai perkembangan teknologi. Hal ini dapat dilihat dari berbagai macam ciptaan manusia yang mempermudah usaha mereka seperti lift dan eskalator yang menggantikan fungsi tangga, remote control yang dapat mengendalikan benda dari jarak jauh, hingga penggunaan mesin untuk menggantikan tugas manusia.

Kemajuan industrialisasi dan pesatnya arus urbanisasi telah mengubah perilaku masyarakat yang ada di perkotaan. Misalnya, kalau dahulu banyak orang yang melaksanakan aktifitas sehari-hari dengan berjalan kaki kaki, sekarang banyak dari mereka memilih menggunakan kendaraan umum seperti ojek, angkutan kota, taksi atau bahkan kendaraan pribadi dan meninggalkan kebiasaan jalan kaki, meskipun jarak yang ditempuh cukup dekat.

Demikian juga dengan pola makan, kalau dahulu masyarakat memasak sendiri di rumah, sekarang telah tersedia warung nasi hingga restoran yang menyediakan menu makanan siap santap. Selain itu pola makan tidak seimbang, budaya instant serta seringnya mengkonsumsi makanan dan minuman padat energi yang banyak mengandung lemak, minuman bersoda, minuman isotonic, kafein menyebabkan menurunnya kualitas kesehatan manusia yang cukup drastis.

Dengan mempermudah usaha manusia melalui kemajuan teknologi yang ada, banyaknya sarana yang mendukung aktifitas, hingga pergeseran tugas manusia yang digantikan oleh mesin, menciptakan suatu pergeseran fungsi dan perubahan konsep, yang membuat manusia tidak harus berusaha secara fisik

untuk mendapatkan apa yang mereka butuhkan. Hal ini yang menyebabkan manusia kurang bergerak / bersktifitas (sedentary lifestyle) dan mengakibatkan banyak dari mereka terserang penyakit tidak menular yang salah satu diantaranya adalah Keropos atau kehilangan massa tulang yaitu osteoporosis.

Tulang rapuh atau kehilangan massa tulang yang sering di sebut osteoporosis adalah penyakit tulang yang mempunyai sifat-sifat khas berupa massa tulang yang rendah, disertai mikro arsitektur tulang dan penurunan kualitas jaringan tulang yang dapat akhirnya menimbulkan kerapuhan tulang

Penyakit yang satu ini sebenarnya cukup serius. Cuma banyak orang tak menyadari mengidapnya sebelum terjadi sesuatu yang mengakibatkan misalnya pergelangan, panggul atau bisa juga tulang belakangnya patah. Dokter Nuhonni A Jatim, SpRM, dari Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo mengatakan, perapuhan tulang atau osteoporosis merupakan satu penyakit yang sangat banyak ditemukan pada manusia dewasa, terutama pada wanita. "Khususnya wanita yang sudah mengalami menopause harus lebih waspada terhadap masalah ini," ujarnya dalam sebuah ceramah tentang osteoporosis, di Jakarta, beberapa waktu lalu.

Perapuhan tulang secara cepat terutama terjadi pada dekade pertama setelah terjadinya menopause akibat penurunan kadar estrogen secara tiba-tiba. Bagi penderita osteoporosis, patah tulang bisa terjadi berulang kali, kalau dia tidak menjaga diri dengan baik.

Pada pria biasanya pengeroposan tulang baru terjadi setelah usia 60 tahun dan proses pengeroposannya relatif lebih lambat dibanding perempuan. Beberapa penyebab perapuhan tulang pada pria adalah defisiensi testoteron, juga osteoporosis yang disebabkan oleh penggunaan obat-obatan serta kekurangan kalsium.

Masalah kalsium ini menurut Nuhonni memegang peranan penting dalam pencegahan terhadap terjadinya perapuhan tulang. Penurunan massa tulang, katanya, ditemukan pada wanita menopause yang mengonsumsi kalsium kurang dari 400 mg per hari.

"Sebenarnya kandungan makanan standar yang kita konsumsi sehari-hari terdapat sekitar 300 mg kalsium. Tambahan kalsium bisa dilakukan lewat

makanan tambahan seperti susu atau keju atau sayuran hijau," jelas dokter Nuhonni lagi.

Pada mereka yang sudah menopause, asupan kalsium sebaiknya dijaga karena pada masa ini untuk pencegahan osteoporosis dibutuhkan kalsium 1.000-1.500 mg per hari.

Nuhonni mengingatkan, andai susu yang dipilih sebagai tambahan, sebaiknya dikonsumsi saat perut dalam keadaan istirahat. "Supaya penyerapannya efektif. Minum susu sesudah makan kenyang tidak akan memberi hasil yang baik," kata Kepala Instalasi Rehabilitasi Medik FKUI/RSCM ini.

Tak cuma susu, keju atau yoghurt yang cukup mengandung kalsium. Sayuran hijau, jeruk, ikan asin (apalagi teri), dan kerang, merupakan sebagian makanan yang mengandung kalsium cukup baik.

Selain kalsium, vitamin D juga sangat baik untuk mencegah osteoporosis. Berjemur di pagi hari dan sore hari sebelum pukul 17.00, merupakan salah satu cara yang mudah dan murah untuk meningkatkan kepadatan tulang.

Dari angka 28 juta yang terancam itu, 80 persen ada pada wanita. Para ahli mengatakan, satu dari dua wanita (di Amerika) di atas usia 50 tahun mengalami patah tulang yang berkaitan dengan osteoporosis dalam masa hidup mereka. Sementara pada pria, perbandingannya adalah satu di antara delapan pria. Anehnya, banyak orang yang tidak tahu kalau tulangnya sudah keropos atau massa tulangnya berkurang. Menurut survei yang baru-baru ini diadakan, hampir separuh wanita tua di negeri ini ternyata tak pernah melakukan tes osteoporosis. Akibat angka yang demikian tinggi sementara kesadaran masyarakat yang begitu rendah, Dewan Nasional untuk Orangtua mengadakan kampanye guna mendidik masyarakat tentang penyakit ini. Sekalian kampanye ini dimaksudkan supaya masyarakat melakukan tes tulang.

"Kami mencoba menyebarkan bahwa penyakit ini bukan bagian dari masa tua yang tak bisa dielakkan," kata Dr Ethel Siris, Direktur Toni Stabile

Osteoporosis Center di Columbia-Prebyterian Medical Center di New York. "Banyak yang sebenarnya bisa dilakukan untuk pencegahan, juga banyak hal untuk melakukan perawatan," lanjut Siris. Para ahli mengatakan tes kepadatan tulang, untuk mengukur berapa ketebalan tulang di berbagai tempat, merupakan cara yang paling efektif mengukur risiko terhadap osteoporosis.

Susahnya osteoporosis adakalanya bersifat tidak menyeluruh pada semua bagian tulang. Biasanya memang menyebar pada hampir seluruh tulang.

Kenyataan yang ada para wanita dan pria Indonesia tidak sadar akan bahayanya osteoporosis pada masa tua mereka, dengan kemajuan zaman, teknologi dan gaya hidup yang sangat memanjakan manusia dengan segala kemudahan membuat manusia terlena dan tidak peduli apa yang akan di sebabkan dengan segala kemudahan tersebut. Dengan melihat permasalahan ini penulis ingin menyadarkan perilaku yang menyimpang atau terlena dengan segala fasilitas yang ada dengan ini penulis berharap melalui media desain komunikasi visual dapat membantu menyadarkan dan mengurangi tingkat osteoporosis pada usia lanjut

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan uraian tersebut, maka permasalahan yang muncul dapat di identifikasi sebagai berikut:

1. Osteoporosis merupakan bahaya global yang mengancam negara maju dan negara berkembang.
2. Pola Hidup seseorang juga mempengaruhi penyebab osteoporosis, dimana gaya hidup yang padat/sibuk bekerja.
3. Penyebab osteoporosis kemajuan teknologi yang memudahkan manusia dalam melakukan suatu aktivitas . Dengan banyaknya sarana mendukung manusia semakin di manjakan oleh teknologi. Hal ini yang menyebabkan manusia kurang bergerak.
4. Masyarakat Indonesia yang tidak mengerti tentang kandungan gizi yang di makan setiap harinya dan mengkonsumsi suplemen-suplemen instan yang di jual di pasaran.

5. Kurangnya informasi mengenai bahaya osteoporosis di masa lanjut usia.
6. Masyarakat Indonesia cenderung tidak peduli terhadap kesehatan.
7. Kurangnya kampanye yang menarik dan efektif bagi masyarakat Indonesia mengenai masalah osteoporosis.
8. Masyarakat jarang melakukan test osteoporosis

Berdasarkan semua permasalahan yang ada maka penulis memfokuskan ruang lingkup permasalahan pada:

1. Fokus masalah di titikberatkan pada upaya memberikan informasi mengenai dampak dan pengaruh yang di timbulkan osteoporosis, cara penanggulangan yang benar mengenai osteoporosis sehingga target *audience* melakukan suatu tindakan sebagai respon terhadap kampanye yang di lakukan.
2. Membuat suatu kampanye yang efektif dan efisien bagi masyarakat khususnya pada usia dewasa muda, dengan melakukan promosi kampanye dan aktifitas persuasif yang dapat dilakukan di usia tersebut. Seperti, *Activity Campaign, Promotion Item*.
3. Penelitian di batasi di kota Bandung sebagai Sampling kota besar yang tingkat aktifitas kerja nya sudah cukup tinggi di Indonesia. Diharapkan penelitian dan sample yang dilakukan cukup mewakili permasalahan yang terjadi mengenai dampak yang terjadi dalam masyarakat.

1.3 Tujuan Perancangan

Tujuan Perancangan yang hendak dicapai dari permasalahan dan ruang lingkup masalah adalah sebagai berikut:

1. Merancang solusi yang tepat dalam menciptakan kampanye yang efektif dan efisien terhadap permasalahan osteoporosis, sehingga dapat memberikan informasi yang benar mengenai bahaya osteoporosis, pengaruh yang ditimbulkan, serta cara penyembuhan dan penanggulangannya
2. Meningkatkan Kesadaran masyarakat akan bahaya osteoporosis di masa tua dan pentingnya pola hidup sehat melalui kampanye yang efektif dan menarik di kota bandung. Diharapkan kampanye ini mendapatkan respon

yang baik dari target audience berupa aksi dan menerapkan pola hidup sehat terhindar dari osteoporosis, sehingga laju peningkatan osteoporosis di Indonesia, khususnya di Kota Bandung dapat di minimalisir.

Ruang lingkup Perencanaan yang di fokuskan pada target audience dari usia 30-40 tahun, baik wanita maupun pria, berbagai macam aktifitas dan bidang professional, dengan populasi daerah perkotaan, namun lebih mengutamakan bagi kalangan sosial ekonomi menengah keatas.

Alasan pemilihan segmentasi ini karena pada usia ini orang mulai memasuki tahap penanganan dini osteoporosis, dengan gaya hidup moderen dan berpikir praktis dan efisien. Tingkat kesibukan yang tinggi dengan pekerjaan dan jarang berolah raga. Status sosial ekonomi pun mempengaruhi dengan segala kemudahan dan tunjangan fasilitas

Proses perancangan kampanye akan lebih dititikberatkan pada tahapan *informing* dan *action*. Hal ini dimaksudkan untuk lebih menekankan inti dari permasalahan yang ada pada masyarakat. Selain itu pada tahapan ini bukan hanya kesadaran masyarakat yang terbentuk namun diharapkan terciptanya suatu *action* sebagai bentuk kampanye aktif sebagai solusi masalah yang di hadapi

1.4 Sumber dan teknik Pengumpulan Data

- Studi Literatur : Penulisan data yang berhubungan mengenai osteoporosis, perencanaan kampanye, dan perancangan desain pada situs web, serta literature dalam bentuk buku dan resume seminar yang berhubungan dengan masalah yang akan dipecahkan.
- Studi Lapangan : Konsultasi dengan ahli kesehatan dan gizi, wawancara dengan target audience serta gambaran umum secara langsung yang diperoleh di lapangan

1.5 Skema Perancangan

