

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia tercipta untuk beraktivitas guna memenuhi kebutuhan hidupnya, dari aktivitas ringan hingga rumit, aktivitas yang bersifat hiburan maupun yang bersifat menghasilkan upah guna memenuhi kebutuhan hidupnya. Aktivitas manusia di perkotaan khususnya kota-kota besar, dimana masyarakatnya dipenuhi dengan kegiatan-kegiatan rutin dan padat cenderung mengabaikan pola hidup sehat.

Salah satu halnya akibat pola makanan yang salah adalah masalah kolesterol. Kolesterol, yang saat ini sedang menjadi buah bibir sebagai sesuatu yang mengerikan, merupakan penyebab dari berbagai penyakit, terutama jantung dan stroke. Kolesterol sering diasosiasikan dengan efek negatif terhadap kesehatan, seperti penyakit jantung dan penyempitan pembuluh darah. Sebenarnya ada kolesterol jahat (LDL, Low Density Lipoprotein) dan ada kolesterol baik (HDL, High Density Lipoprotein). Kekurangan kolesterol baik ini justru dapat menyebabkan tubuh kurang bergairah. Kolesterol dapat diibaratkan konflik yang selalu ada dalam organisasi. Jika kolesterol ini terlalu sedikit takarannya, akan menyebabkan dinamika. Jika kolesterol ini terlalu sedikit takarannya, akan menyebabkan kelompok kurang bergairah. Sebaliknya, jika berlebih, dapat bersifat disfungsional dan mengoyak team work yang harus hadir dalam suatu organisasi yang baik. Karena perannya yang sangat penting, maka kita harus lebih mengenal apa dan bagaimana kolesterol itu sebenarnya sehingga kita dapat menentukan langkah selanjutnya dalam mencapai pola hidup sehat, dan terhindar dari dampak buruk kolesterol.

Banyak mitos – mitos keliru tentang kolesterol yang terjadi di masyarakat. Misalnya mitos pada orang berkadar kolesterol tinggi jika berolah raga, diet dan dalam keadaan fit, berarti kolesterol pasti baik, padahal selain olah raga dan diet ada hal lain yang mempengaruhi kadar kolesterol seperti berat badan, merokok,

riwayat keluarga, umur, dan jenis kelamin. Agar kadar kolesterol tetap terkontrol dibutuhkan pola hidup sehat (diet dan olah raga), serta kepatuhan minum obat, dll. Penulis tertarik mengangkat topik ini sebagai topik Tugas Akhir karena penulis memiliki kesadaran untuk menjaga pola hidup sehat, dan terhindar dari segala dampak buruk yang diakibatkan dari kesalahpahaman tentang kolesterol.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

1.2.1 Permasalahan

- Bagaimana masyarakat mengetahui tentang dampak yang timbul dari kolesterol?
- Bagaimana mencegah kolesterol sejak dini yang terjadi pada masyarakat melalui kampanye sosial?

1.2.2 Ruang Lingkup

- Kampanye dibatasi di kota Bandung sebagai *sampling* kota besar dimana tingkat kemajuan teknologi dan industrialisasi yang cukup pesat, membuat masyarakatnya semakin malas bergerak karena beragam fasilitas yang ada, sehingga cenderung memiliki pola hidup yang tidak sehat.
- Ruang lingkup perencanaan difokuskan kepada *target audience* berusia 20-30 tahun, baik pria maupun wanita, dengan berbagai latar belakang profesi. Diutamakan dari kalangan sosial ekonomi menengah ke atas. Alasan pemilihan segmentasi ini karena pada usia ini orang lebih mudah terpengaruh *trend* (gaya hidup). Status sosial ekonomi juga mempengaruhi kemampuan daya beli seseorang, semakin mampu seseorang semakin besar kesempatan untuk dapat mengkonsumsi sesuatu

1.3 Tujuan Perancangan

- Melalui kampanye sosial yang bersifat aktif diharapkan masyarakat mengetahui tentang dampak yang timbul dari kolesterol.

- Memberikan informasi yang benar agar angka penderita penyakit dan kematian yang diakibatkan oleh kolesterol dapat ditekan serendah mungkin.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

1.4.1 Sumber Data

Data primer yang penulis dapatkan berupa pengamatan terhadap sejumlah artikel baik media cetak maupun media internet, kwesioner, dan instansi yang terkait.

1.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penyusunan laporan perancangan ini adalah observasi (baik aktif maupun pasif), studi kepustakaan, kwesioner dan hasil diskusi dengan pihak terkait.

1.5 Skema Perancangan

Kampanye Pencegahan Kolesterol Sejak Dini di Kota Bandung

