

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak - anak seringkali mengkonsumsi makanan tanpa mengetahui fungsi dari makanan itu sendiri, apakah berdampak baik, atau berdampak buruk bagi kesehatan mereka. Kebiasaan pola makan yang tidak sehat pada anak - anak tersebut menimbulkan dampak yang serius bagi kesehatan anak - anak. Salah satu resiko yang ditimbulkan dari kesalahan dalam pola makan adalah obesitas. Obesitas adalah kelebihan berat badan akibat penimbunan lemak yang berlebihan. Hal itu dapat disebabkan karena terlalu banyak mengkonsumsi makanan tidak sehat yang mengandung kadar kolestrol dan lemak jenuh yang tinggi.

Obesitas dapat terjadi pada semua usia, namun yang tersering terjadi pada tahun pertama kehidupan, usia 5-6 tahun dan pada masa remaja. Berkaitan dengan obesitas pada tahun pertama kehidupan sampai usia 5-6 tahun, menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) pada tahun 1989 di perkotaan terdapat 4,6% anak laki-laki dan 8% anak perempuan yang menderita obesitas. Sedangkan prevalensi obesitas pada tahun 1995 di 27 propinsi adalah 4,6%. Menurut penelitian Soedibyo *et al* pada tahun 1998 di DKI Jakarta prevalensi obesitas untuk anak usia 6-12 tahun adalah sekitar 4%, dan meningkat sesuai dengan bertambahnya usia. (Soedibyo S., 1998 : 38)

Dr. Damayanti R. Syarif, Sp.A(K) dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia-RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta bertutur senada, dari penelitian yang dilakukan di empat belas kota besar di Indonesia, angka kejadian obesitas pada anak tergolong relatif tinggi, antara 10-20% dengan nilai yang terus meningkat hingga kini. Edukasi nutrisi anak pada orang tua terus digencarkan, mengingat negeri Indonesia masih memiliki fenomena paradoks pediatrik yang unik, jutaan anak mengalami malnutrisi, sementara di lain sisi jutaan anak pula yang mengalami obesitas. Faktor makanan ringan selain makanan rumah (jajan) diduga sebagai kambing hitam. (Obesitas

Anak : Sindrom Metabolik Usia Dini, RACIKAN UTAMA - Edisi Mei 2007, Vol.6 No.10).

Pada umumnya di Indonesia, masalah obesitas pada anak hingga sekarang tidak mendapat perhatian cukup dari dokter anak, karena mereka lebih disibukkan oleh masalah gizi kurang. (Solihin Pudjiati, 2001 : 143)

Obesitas pada anak telah menjadi masalah yang serius di Indonesia. Susahnya, perubahan yang dilakukan harus secara sosial dan besar-besaran. Literatur kedokteran yang ada pun tidak ada yang dengan tepat mencantumkan bagaimana cara terbaik untuk melakukan perubahan di bidang ini.

Menurut WHO, obesitas sudah merupakan epidemi global dan menjadi problem kesehatan yang harus segera diatasi. Di Indonesia, perubahan gaya hidup yang menjurus ke *westernisasi* (kebarat-baratan) dan *sedentary* (kurangnya pergerakan fisik) mengakibatkan perubahan pola makan masyarakat terutama pada anak - anak, yang merujuk pada pola makan tinggi kalori, lemak dan kolesterol, sehingga berdampak meningkatkan risiko obesitas, terutama terhadap penawaran makanan siap saji (*fast food*) yang berdampak meningkatkan risiko obesitas.

Obesitas dapat menjadi titik awal timbulnya berbagai macam penyakit berbahaya pada anak - anak. Penyakit - penyakit tersebut dapat berupa diabetes melitus, hipertensi, *sleep apnea*, dan penyakit lainnya. Selain itu, obesitas tentu saja sangat dihindari pada anak - anak, terutama pada anak - anak berusia 13 tahun ke bawah yang sedang mengalami masa-masa pertumbuhan. Anak - anak pada masa pertumbuhan biasanya sedang mengalami masa - masa menuju pengaktualisasian diri menjadi seorang remaja.

Namun, walaupun obesitas dapat menghambat pertumbuhan anak - anak, sebagian besar orang tua belum mengetahui hal tersebut. Anak - anak masih saja dibiarkan untuk menerapkan pola makan yang salah dengan mengkonsumsi makanan secara sembarangan. Hal itu disebabkan karena ketidaktahuan orang tua akan resiko pola makan yang tidak sehat yang dapat menyebabkan obesitas. Didikan orang tua yang tetap membiarkan anaknya untuk jajan sembarangan, dengan alasan selama jajanan yang dibeli oleh anak - anaknya terlihat sehat, secara tidak langsung menerapkan anak untuk

memiliki pola makan yang memilih untuk mengonsumsi makanan di luar rumah (jajan). Akibatnya, jajanan tidak sehat yang dianggap sehat oleh orang tua seperti “*junk food*” dan “*fast food*”, saat ini banyak dikonsumsi oleh anak - anak, bahkan jenis jajanan tersebut menjadi primadona dan sangat populer di kalangan anak- - anak.

Dari hal -hal tersebut, muncul keprihatinan akan kesehatan anak - anak di masa mendatang, terutama pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak - anak tidak bisa begitu saja dibiarkan untuk memiliki pola makan yang tidak sehat. Hal itu dapat menimbulkan resiko kesehatan seperti obesitas, yang buruk bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Oleh karena itu, peranan desainer grafis disini adalah untuk mengkampanyekan kepada para ibu pentingnya pola makan yang sehat untuk mencegah resiko obesitas pada anak - anak. Kampanye ini dimaksudkan untuk meningkatkan *awareness* / kesadaran orang tua, khususnya bagi para ibu, akan pentingnya pola makan sehat bagi anak - anaknya, dan makanan jajanan di luar rumah tidak selalu sehat. Selain itu juga, untuk memberikan suatu asumsi kepada ibu untuk anak - anak mereka bahwa pola makan sehat perlu sejak dini diterapkan kepada anak - anak, agar anak - anak dapat memilih pola makan yang tepat dengan memakan makanan sehat.

Pemberian informasi melalui kampanye ini diharapkan dapat memvisualisasikan kepada para ibu, pentingnya pola makan sehat sebagai salah satu alternatif untuk pencegahan terhadap resiko obesitas bagi anak - anak. Desainer grafis disini dituntut untuk memvisualisasikan dan memperkenalkan kampanye pola makan sehat pencegah resiko obesitas pada anak ini dengan efektif dan menarik.

Masalah pola makan yang tidak sehat tersebut dianggap sesuai untuk dijadikan bahan Tugas Akhir (TA) dikarenakan kurangnya *awareness* / kesadaran para ibu akan bahayanya jajanan di luar yang dapat meningkatkan resiko obesitas pada anak.

Dengan memperkenalkan makanan sehat kepada para ibu melalui media kampanye, dimaksudkan agar para ibu dapat menerapkan pola makan sehat dengan memberi

asupan makanan sehat dengan cukup kepada anak-anak mereka sehingga memiliki tubuh ideal yang sehat dan terhindar dari resiko obesitas.

Diharapkan dengan adanya kampanye ini, para ibu dapat lebih memperhatikan pola makan anak dan asupan makanan yang diberikan mereka kepada anak - anaknya. Selain itu untuk mengasumsikan anak - anak mereka agar dapat mengurangi kebiasaan mengkonsumsi makanan di luar rumah (jajan).

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

- Bagaimana merancang bentuk kampanye yang efektif, efisien, dan memberikan informasi mengenai pola makan sehat yang dapat mencegah obesitas anak kepada para ibu ?
- Bentuk rancangan desain seperti apa yang dapat membantu para ibu untuk mengetahui pola makan sehat dan memahami fungsi makanan sehat tersebut ?
- Bagaimana merancang kampanye pola makan sehat pencegah obesitas untuk para ibu yang memiliki putra / putri usia 6-12 tahun di daerah bandung ?

1.3 Tujuan Perancangan

- Untuk meningkatkan *awareness* / kesadaran masyarakat terutama para ibu akan pentingnya penerapan pola makan sehat pada anak dengan memakan makanan sehat agar tidak berlanjut kepada resiko obesitas. Diharapkan dengan adanya kampanye ini, para ibu dapat menghimbau anak - anak mereka untuk tidak jajan sembarangan.
- Untuk memberikan solusi yang tepat dan efisien untuk para ibu terhadap penanganan dan pencegahan anak - anak untuk tidak jajan sembarangan. Dan juga, agar anak - anak dapat menerapkan pola makan yang sehat dengan memakan makanan sehat.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan metode :

- **Studi Pustaka**

Mengumpulkan data melalui informasi - informasi yang didapatkan melalui buku, seperti buku tentang pola makan sehat, obesitas, psikologi anak, dan kesehatan pada anak ; serta melalui internet dengan website - website yang terkait dengan kesehatan, obesitas, dan anak.

- **Kuisisioner**

Pengumpulan informasi melalui responden (khususnya kepada para ibu yang memiliki anak usia 6-12 tahun, dan anak usia 6-12 tahun) untuk mendapatkan gambaran yang jelas mengenai pendapat, tanggapan, dan pemikiran apa yang dimiliki oleh responden. Serta untuk mengetahui sejauh mana responden mengenai hal obesitas pada anak dan makanan sehat. Responden diakses melalui peninjauan langsung ke lokasi (melalui teknik observasi).

- **Observasi**

Pengumpulan informasi melalui peninjauan dan pengamatan secara langsung ke lokasi penelitian (seperti ke dinas kesehatan, dan peninjauan langsung ke sekolah - sekolah dasar seperti SDK Rehoboth dan SDK Yahya)

- **Wawancara**

Pengumpulan informasi dari narasumber (wawancara melalui dokter spesialis dan ahli kesehatan gizi) untuk mendapatkan gambaran mengenai pendapat, tanggapan, dan pemikiran tentang apa yang disebut dengan obesitas pada anak dan bagaimana bentuk dari pola makan yang sehat.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yang dilakukan dalam penelitian kali ini mencakup BAB I sampai BAB V. Berikut ini adalah penjelasan sistematika penulisan penelitian :

- **BAB I : PENDAHULUAN**

Bab ini terdiri dari latar belakang, permasalahan dan ruang lingkup, tujuan perancangan, sumber dan teknik pengumpulan data, sistematika penulisan, serta skema perancangan.

- **BAB II : LANDASAN TEORI**

Bab ini mencakup mengenai uraian teori yang relevan dengan permasalahan yang diangkat yang akan dibahas sesuai dengan keperluan. Dalam BAB II ini dibahas beberapa teori mengenai desain komunikasi visual, obesitas, kampanye, dan pola makan sehat.

- **BAB III : DATA DAN ANALISIS MASALAH**

Bab ini terdiri atas data dan fakta serta analisis terhadap permasalahan berdasarkan data dan fakta. Data dan fakta diambil dari tinjauan langsung melalui wawancara kepada dokter - dokter spesialis gizi dan kuisisioner yang dibagikan langsung kepada para ibu dan anak, selain itu dilakukan tinjauan studi pustaka untuk menganalisis permasalahan melalui teori - teori ilmiah.

- **BAB IV : PEMECAHAN MASALAH**

Bab ini mencakup pemecahan masalah yang dirumuskan pada konsep komunikasi, konsep kreatif, konsep media, dan hasil karya.

- **BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN**

Bab ini mencakup kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada bab - bab sebelumnya.

1.6 Skema Perancangan

