

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan adalah masalah yang sangat penting dan selalu menjadi topik pembicaraan yang tak henti-henti. Kesehatan menjadi hal yang paling penting dalam mendukung kehidupan organisme. Masalah kesehatan sering diremehkan orang apalagi pada remaja. Remaja, didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dan ditandai dengan adanya berbagai perubahan, seperti perubahan fisik, intelektual, emosi nilai sosial, dan moral. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja dapat berpengaruh terhadap kebiasaan makannya, karena remaja menjadi sangat perhatian atas penambahan berat badan mereka.

Masalah kepercayaan diri secara intensif terjadi pada remaja putri. Bagi remaja putri, mereka mengalami penambahan jumlah jaringan lemak sehingga mereka akan mudah untuk gemuk apabila mengkonsumsi makanan yang berkalori tinggi. Hal ini sering membuatnya kurang nyaman, sedangkan di sisi lain mereka ingin berpenampilan seperti pada umumnya teman sebayanya atau idolanya. Maka tidak mengherankan bila ketidakpuasan mereka dengan tubuhnya akan mengembangkan masalah citra diri nya yang mengacu pada masalah gangguan makan. Artinya, mereka sudah memiliki suatu pola pikir (pemikiran yang sudah terpatrit di otak) bahwa tubuh mereka tidak ideal.

Citra diri yang rendah yang diacu dengan adanya pengaruh lingkungan sekitar merupakan penyebab utama terjadinya gangguan makan, seperti tekanan faktor media dan sosial terkait dengan masalah ukuran tubuh, berat badan dan penampilan, serta pesan-pesan yang ada melalui media yang beranggapan bahwa menjadi kurus akan membuat bahagia, sukses dan populer. Hal ini membuat mereka; para remaja putri, mempersepsikan tubuhnya gemuk, tidak seksi dan lain-lain yang intinya tidak sedap

untuk dipandang dan tidak semenarik tubuh orang lain. Akibat pemikiran yang sudah terpatrit ini, mereka akan selalu melihat tubuh mereka terkesan gemuk padahal kenyataannya justru berat badan mereka semakin turun hingga akhirnya mereka menjadi sangat kurus. Mereka juga akan dihantui perasaan bersalah manakala mereka makan banyak karena hal itu menyebabkan berat badannya naik. Padahal sebagaimana remaja, mereka harus berada dalam status gizi yang adekuat untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan mereka secara normal dan kontinyu. Hal ini menimbulkan masalah kesehatan yaitu gangguan makan serius yaitu *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*.

Kurangnya monitoring, modifikasi dan pengetahuan secara luas tentang status gizi di Indonesia dan besarnya tekanan sosial menyebarkan citra diri yang rendah menjadi penyebab 37,3% remaja putri di Jakarta mengalami kecenderungan gangguan makan (*eating disorder*) dengan prevalensi *anorexia nervosa* 10,3% dan prevalensi kecenderungan *bulimia nervosa* 27% berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Peneliti Pusat Kajian Gizi dan Kesehatan FKM Universitas Indonesia.

Dengan disiplin ilmu desain komunikasi visual, penulis akan membuat perancangan kampanye pencegahan *anorexia* dan *bulimia* yang menyebabkan penderita mempunyai pikiran tentang citra diri yang rendah dan dikhususkan untuk penderita remaja putri di Jakarta. Dengan melakukan strategi kampanye yang terarah dan penggunaan media komunikasi visual yang komunikatif serta efektif, kampanye ini dapat memberikan pencegahan dan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi masyarakat luas terutama remaja putri di kota Jakarta.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dijabarkan diatas, penulis akan menguraikan masalah apa saja yang perlu di bahas,

1. Bagaimana menciptakan perancangan kampanye yang mampu memberikan informasi dan dampak psikologis agar mencegah remaja putri yang belum menderita *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*?
2. Bagaimana memvisualisasikan teori-teori komunikasi dalam strategi Kampanye Pencegahan *Anorexia* dan *Bulimia* pada Remaja Putri di Kota Jakarta?

Ruang lingkup yang akan dikerjakan adalah kampanye. Targetnya adalah remaja putri berumur 10-19 tahun; karena menurut WHO (*World Health Organization*) batas usia remaja adalah 10-19 tahun, dengan segmentasi menengah ke atas, berdomisili di Jakarta; karena gangguan makan sering terjadi di kota-kota besar.

1.3 Tujuan Perancangan

1. Menciptakan perancangan kampanye yang mampu memberikan informasi dan dampak psikologis agar mencegah remaja putri yang belum menderita *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*.
2. Membuat media kampanye pencegahan *anorexia* dan *bulimia* pada remaja putri di kota Jakarta yang menerapkan teori-teori komunikasi dalam visualnya.

1.4 Manfaat Perancangan

Kampanye pencegahan *anorexia* dan *bulimia* ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap berbagai aspek:

1. Manfaat bagi kelimuan desain komunikasi visual yaitu memberikan inspirasi berupa perancangan kampanye pencegahan *anorexia* dan *bulimia*.

2. Manfaat bagi masyarakat khususnya remaja putri di kota Jakarta, yaitu membantu mereka dalam hal edukasi dan informasi serta menyadarkan mereka tentang bahayanya *anorexia* dan *bulimia*.

1.5 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Beberapa teknik yang dilakukan untuk mengumpulkan data yaitu melalui :

- Studi literatur, sebagai acuan teori dan ilmu yang relevan berkaitan dengan gangguan makan (*eating disorder*) terutama *anorexia* dan *bulimia*; perilaku perkembangan remaja putri serta teori-teori komunikasi dan kampanye yang berasal dari buku, artikel majalah atau koran dan internet.
- Wawancara dengan pihak-pihak yang terjun langsung pada kasus *anorexia* dan *bulimia*, seperti wawancara dengan Praktisi Psikologi, Drs. Isyawara Mahendratto yang sudah sering menangani masalah tersebut, SERVO Clinic sebagai mandatori penulis, dan korban yang sudah selamat dari *anorexia* dan *bulimia*.
- Kuesioner pada 100 responden remaja putri di Jakarta, teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan yang terstruktur kepada responden untuk mengetahui fenomena yang terjadi saat ini.

1.6 Skema Perancangan

