

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gaya hidup modern yang serba instan dan berdampak membuat orang malas menjalankan pola hidup sehat. Perubahan pola makan menjurus ke produk makanan yang tidak sehat dan tidak seimbang seperti menyantap sajian cepat saji (*fast food*) hingga minuman bersoda yang ternyata membawa dampak buruk bagi kesehatan. Menurut Drs.Djoko Pekik Irianto, M.Kes berbagai makanan tersebut terbukti mengandung kalori, gula, lemak, kolesterol, dan garam tinggi tapi rendah serat pangan dan vitamin, membawa konsekuensi terhadap kejadian perubahan status gizi lebih, obesitas dan berkembangnya penyakit degeneratif (jantung, diabetes mellitus, kanker dan hipertensi). Sudah tentu makanan semacam itu tidak baik bagi kesehatan karena bisa mengakibatkan seseorang mengalami kelebihan berat badan dan mendatangkan berbagai macam penyakit. Contohnya, sereal, umbi-umbian dan hasil olahannya, nasi dan gula merupakan makanan yang paling banyak kita konsumsi. Semua makanan tersebut merupakan jenis makanan berkarbohidrat yang menghasilkan glukosa. Gula adalah suatu karbohidrat sederhana yang menjadi sumber energi, yang paling sering diperdagangkan dalam bentuk Kristal sukrosa padat. Gula digunakan untuk mengubah rasa menjadi manis baik untuk makanan maupun minuman. Gula yang masuk ke dalam tubuh diubah menjadi glukosa. Glukosa banyak didapat dari makanan yang mengandung karbohidrat. Sumber karbohidrat ada dua macam, jenis padi-padian dan jenis umbi-umbian. Makanan yang berasal dari jenis padi-padian misalnya beras, gandum, dan jagung, sedangkan makanan yang berasal dari jenis umbi-umbian misalnya kentang, singkong, ubi, dll. Bisa kita lihat makanan tersebut secara keseluruhan merupakan jenis makanan yang hampir setiap hari kita konsumsi, khususnya masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi nasi sebagai makanan pokoknya. Sudah jelas bahwa nasi adalah makanan berkarbohidrat tinggi. Namun seiring perkembangan jaman masyarakat

modern kurang menyadari akibat makanan yang mereka makan jika tidak dibatasi akan menyebabkan berbagai penyakit. Salah satu penyakit akibat kelebihan kadar glukosa adalah diabetes/kencing manis.

(sumber : Drs. Djoko Pekik Irianto, M.Kes. dikutip dari buku Panduan Gizi Lengkap)

Untuk itu penulis ingin membuat sebuah kampanye yang bertujuan untuk menyadarkan masyarakat perkotaan agar sadari kadar glukosa sejak dini dengan lebih bijak mengkonsumsi makanan yang mengandung kadar glukosa secara berlebih yang biasa terdapat pada makanan berkarbohidrat. Dalam kampanye ini penulis berusaha mengajak masyarakat kota Bandung agar lebih peduli akan kesehatan dan menjaga kualitas makanan dalam kehidupan sehari-hari. Karena jika dibiarkan terus menerus dampak yang diakibatkan dari tingginya kadar glukosa dalam darah berlebih adalah penyakit diabetes, kencing manis, yang seperti kita ketahui pada umumnya. Melalui penggunaan bentuk-bentuk visual, diharapkan akan timbul kesadaran dalam diri masyarakat. Kampanye akan dilakukan secara berkesinambungan dengan tahapan untuk ke arah menyadarkan masyarakat agar waspada kadar glukosa dalam tubuh.

Penulis memilih tema ini karena sebagai salah satu masyarakat kota Jawa Barat yang semakin lama kehidupannya lebih mengarah kepada kehidupan “lifestyle” , yang ternyata membawa efek kepada masyarakat lebih cuek dan egois. Maka dari itu penulis ingin menyadarkan masyarakat Jawa Barat untuk lebih menjaga dan membatasi makan yang banyak mengandung kadar glukosa, karena hampir semua makanan yang kita konsumsi mengandung karbohidrat dan gula yang berubah menjadi glukosa dalam darah dan menjadi salah satu sumber penyakit jika dikonsumsi secara berlebih. Kampanye ini dibuat guna membawa masyarakat untuk hidup sehat sejak dini untuk kesehatan jangka panjang. Salah satunya adalah memperhatikan jenis makanan yang mereka konsumsi sehari-hari dan membatasinya.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi nasi sebagai makanan pokoknya ternyata memiliki dampak serius pada jaman modern ini. Makanan cepat saji (junkfood) menjadi pemicu tingginya sumber penyakit. Semua makanan tersebut merupakan makanan berkarbohidrat yang menghasilkan glukosa pada tubuh. Permasalahan yang kita temui di sini adalah tingginya konsumsi makanan yang menghasilkan glukosa tinggi pada masyarakat perkotaan, yang terdapat dalam makanan maupun minuman. Gencarnya promosi makanan/minuman dalam kemasan menjadikan masyarakat kurang memperhatikan kandungan yang terdapat di dalamnya yang kurang baik untuk kesehatan tubuh. Penyakit yang sering ditemui adalah diabetes tipe 2 yang timbul akibat pola hidup yang tidak sehat sejak awal. Banyak makan makanan yang berkarbohidrat, junk food dan kurangnya olahraga menjadi salah satu pemicu penyakit diabetes tipe 2. Untuk kasus ini pada umur 45 sudah tidak bisa dicegah lagi. Bagaimana peranan ilmu Desain komunikasi Visual (DKV) didalam rangka pemecahan masalah tingginya masyarakat perkotaan yang tidak menyadari asupan gizi mereka sejak dini. Pemecahan masalah yang akan digunakan dalam penyampaian pesan adalah melalui media kampanye. Dengan adanya kampanye ini diharapkan masyarakat mendapatkan informasi melalui media visual akan bahaya glukosa.

Berdasarkan latar belakang di atas bisa kita simpulkan beberapa permasalahan yaitu :

1. Bagaimana cara membuat kampanye yang efektif bagi masyarakat agar masyarakat mengetahui tentang bahaya glukosa ?
2. Bagaimana cara untuk menyampaikan pesan yang informatif melalui kampanye akan bahaya makanan berkarbohidrat jika dikonsumsi berlebih ?
3. Bagaimana cara merancang kampanye yang menarik untuk menyadarkan masyarakat perkotaan agar mengurangi makanan yang banyak mengandung karbohidrat yang ternyata tidak baik untuk kesehatan ?

1.3 Tujuan Perancangan

Tujuan perancangan berdasarkan rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut:

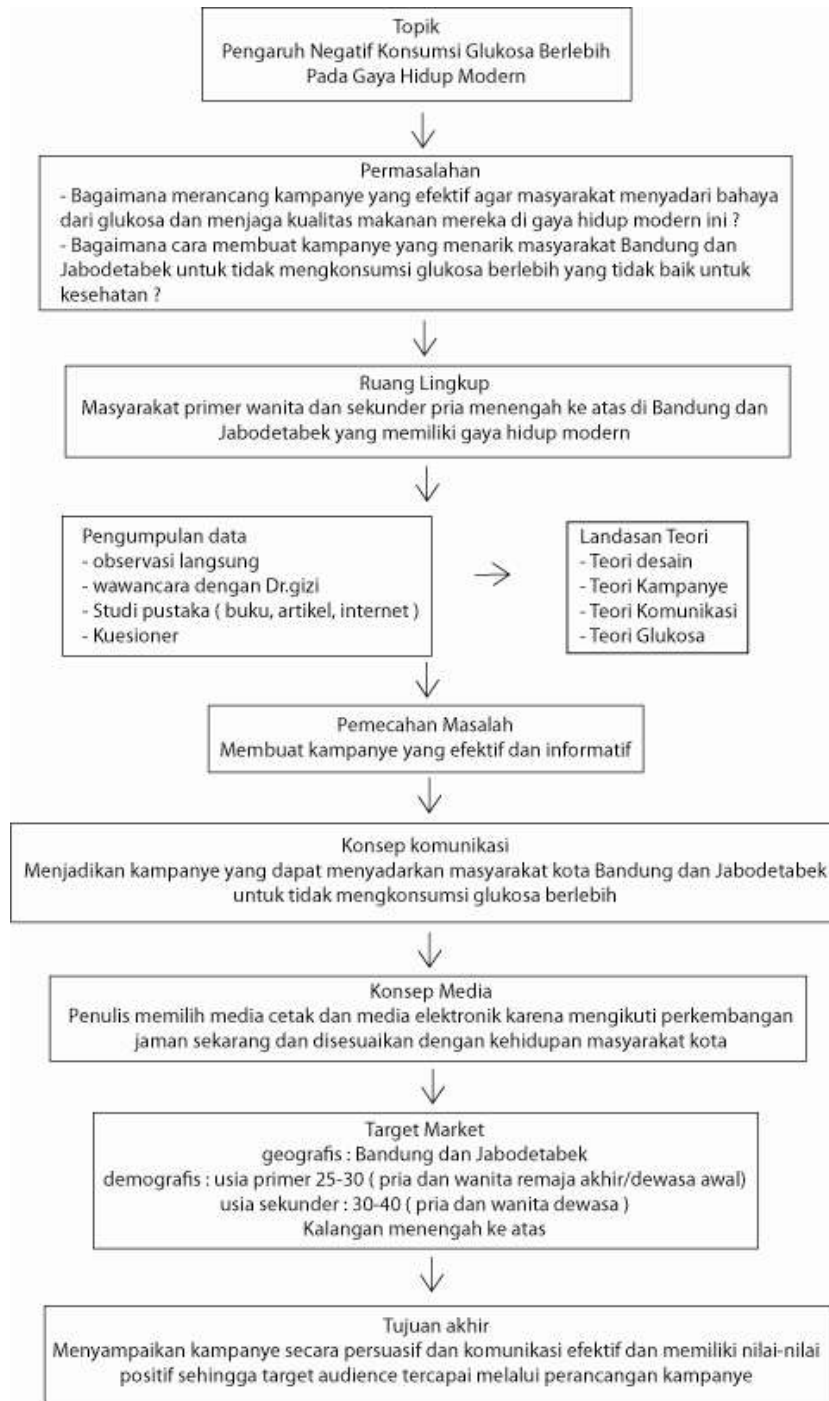
1. Memberikan informasi tentang bahaya glukosa yang terdapat pada makanan berkarbohidrat, makanan siap saji (junkfood) yang ternyata dapat menimbulkan penyakit jika tidak dicegah sejak awal.
2. Menyadarkan masyarakat perkotaan agar lebih berhati-hati memilih makanan yang berkarbohidrat tinggi agar tidak menghasilkan glukosa berlebih.
3. Memupuk kepedulian masyarakat akan kesehatan agar lebih menjaga kualitas makan melalui perancangan kampanye sebagai salah satu upaya menjaga kesehatan tubuh sejak dini.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Data-data yang diperoleh guna menciptakan rancangan-rancangan dan penyusunan laporan ini diperoleh dari sumber-sumber yang meliputi :

1. Observasi
Mengumpulkan data-data dan informasi yang diperoleh dengan cara melakukan pengamatan terhadap hal-hal yang memiliki hubungan dengan tema kampanye.
2. Wawancara
Wawancara secara langsung yang dilakukan kepada ahli gizi kedokteran Maranatha Bandung .
3. Studi Pustaka
Studi Pustaka dilakukan dengan mencari data lewat internet dan mencari buku yang sesuai dengan topik yang dipilih dan diperlukan untuk memenuhi kelengkapan data.
4. Kuesioner
Kuesioner dibagikan kepada 100 masyarakat kota Bandung untuk mengetahui pola makan masyarakat.

1.5 Skema Perancang



Gambar 1.1 Skema Perancangan

Sumber : Karya Tugas Akhir