

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Seiring perkembangan zaman, kita diberikan banyak kemudahan dalam menentukan pilihan hidup, dengan perkembangan teknologi yang semakin canggih yang dapat mempengaruhi kehidupan kita. Namun kemajuan teknologi tidak hanya memberikan efek positif kepada kita, melainkan efek negatif yaitu gaya hidup modern atau pola perilaku terbaru masyarakat sesuai dengan tuntutan zaman, kesibukan, gaya hidup mewah dan serba instan yang lebih memilih makanan *junk food* atau *fast food* dari berbagai macam olahan bahan hewani.

Menurut buku panduan gizi lengkap keluarga dan olahragawan, yang ditulis oleh Drs. Djoko Pekik Irianto, M.kes, ada 10 kriteria makan sehat berimbang, salah satunya adalah makanan segar dan bukan suplemen, yang dimaksud dari makanan segar yaitu sayur-sayuran dan buah-buahan segar lebih menyehatkan dibanding makanan pabrik, *junk food*, atau *fast food* (google.com, Senin 16 Maret 2015).

Kebiasaan pola makan tidak sehat yang lebih memilih makanan *fast food* atau *junk food* dari olahan makanan hewani dan jajanan makanan yang sebenarnya tidak tahu apa kandungannya, yang membuat tubuh kekurangan serat terutama bagi masyarakat usia diatas 40 tahun keatas akan menyebabkan penyerapan gizi buruk karena penurunan fungsi kerja organ seperti pencernaan yang kurang optimal, metabolisme tubuh yang sudah menurun. Serta angka penyakit kronis, seperti hipertensi, *stroke*, penyakit jantung koroner yang tinggi di kota Bandung yang rata-rata adalah masyarakat yang berusia 45 tahun keatas.

Menurut Dr. dr, Meilinah Hidayat M.kes yang merupakan salah satu dokter ahli gizi yang ada di Kota Bandung mengatakan pola hidup sehat melalui vegetarian bagus untuk dijalankan oleh ibu-ibu muda namun lebih tepatnya untuk orang yang telah berusia 40 tahun keatas, karena mereka sudah tidak mengalami proses pertumbuhan seperti pada anak-anak sehingga protein nabati lebih dibutuhkan dibandingkan protein hewani, serta dapat membantu proses pencernaan dan lebih sabar. Pola makan vegetarian juga dapat mencegah sedini mungkin pada keluarga yang memiliki riwayat penyakit keturunan bahkan kronis.

Masyarakat 40 tahun keatas lebih memilih asupan protein hewani dan kurang sadar bahwa pola hidup sehat melalui vegetarian bisa menjadi alternatif dalam menjalankan pola makan sehat. Vegetarian merupakan pola makan yang menghindari produk makanan hewani.

Dengan demikian perlu dirancang sebuah program kampanye yang secara khusus mengkampanyekan pola hidup sehat bergaya vegetarian melalui media kampanye visual yang representatif. Penggunaan media kampanye visual tersebut tentunya dengan menggunakan konsep-konsep visual estetik yang pada akhirnya dapat membuat masyarakat secara umum tertarik dan mudah memahami pesan yang ingin disampaikan dengan judul “Kampanye Gaya Hidup Sehat Vegetarian Untuk Mencegah Penyakit Kronis Bagi Masyarakat Dewasa Kota Bandung”.

## **1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa yang menjadi pokok permasalahan adalah :

1. Bagaimana cara memberi kesadaran pola hidup sehat kepada masyarakat melalui vegetarian?
2. Bagaimana merancang media yang tepat untuk “Kampanye Gaya Hidup Sehat Vegetarian Untuk Mencegah Penyakit Kronis Bagi Masyarakat Dewasa Kota Bandung” melalui desain komunikasi visual?

Target perancangan yaitu orang dewasa berusia 40-50 tahun untuk kalangan menengah dan menengah atas. Subjek dari perancangan ini adalah pola hidup sehat vegetarian dan objek dari perancangan ini adalah media kampanye. Lokasi kampanye diadakan di kota Bandung. Waktu kampanye diadakan pada Juli 2015 – Juni 2016.

### **1.3 Tujuan Perancangan**

Tujuan diadakan perancangan kampanye ini adalah :

1. Mampu menyadarkan masyarakat akan pentingnya hidup sehat melalui vegetarian lewat kampanye ini melalui desain komunikasi visual.
2. Mampu merancang media yang tepat melalui kampanye ini untuk menarik minat masyarakat dewasa secara menarik dan mudah dimengerti.

### **1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam kampanye ini adalah

#### **1. Observasi**

Mengamati secara langsung kepada masyarakat vegetarian serta penulis menjalankan pola makan vegetarian selama 1-3 hari dengan manfaat yang didapatkan adalah lebih bisa mengontrol emosi.

#### **2. Metode Wawancara**

Penulis menggunakan metode wawancara terbuka yaitu tanya jawab langsung kepada Dr. dr. Meilinah M.kes., ibu Stephanie citra selaku kepala bagian cabang IVS (*Indonesia Vegetarian Society*) kota Bandung periode 2006-2012, ibu Nicke seorang ibu yang menjalankan pola makan vegetarian, ibu Fitri yang merupakan seorang ibu rumah tangga yang sedang hamil dan menjalankan pola makan vegetarian.

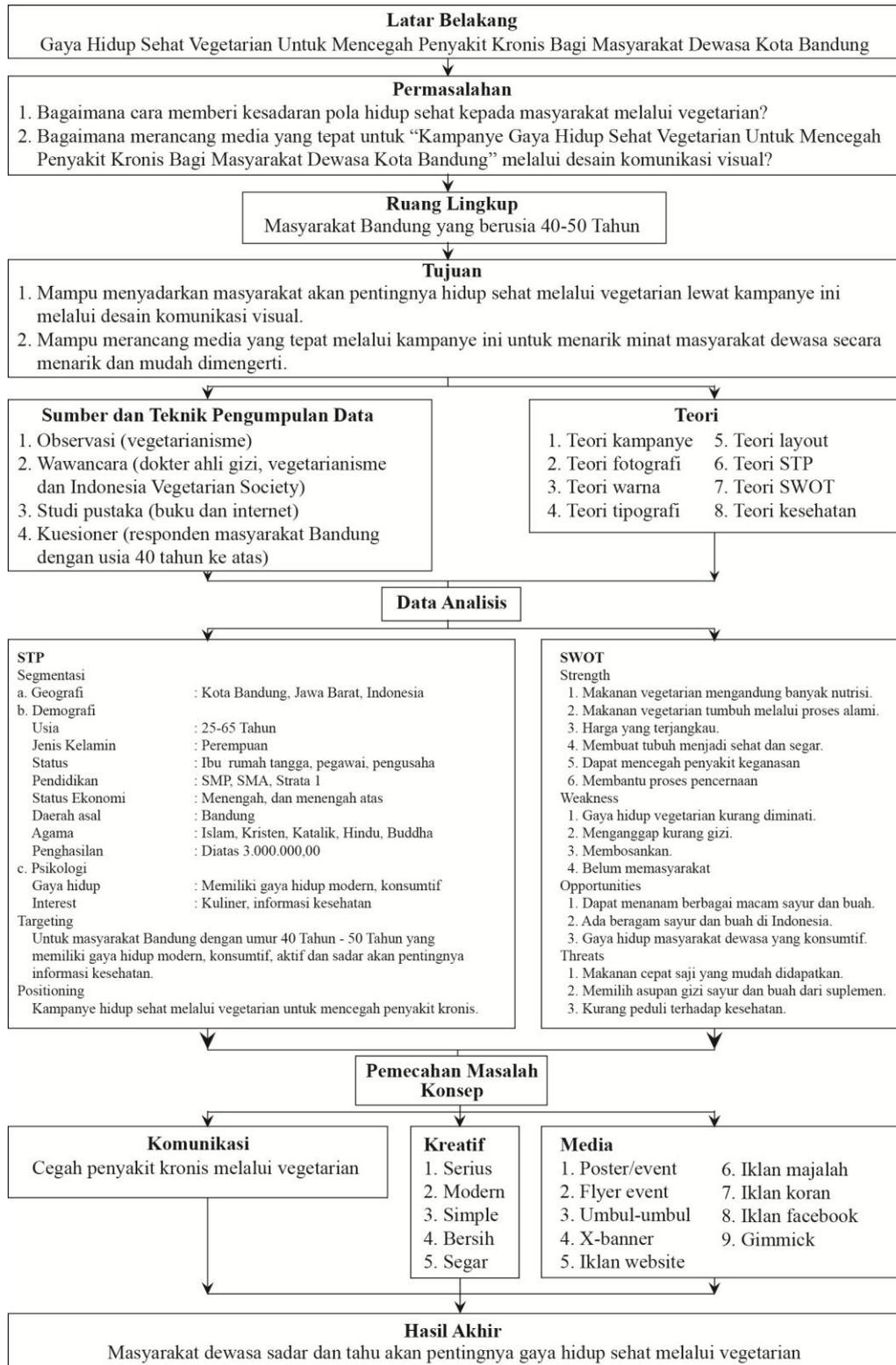
#### **3. Kuisisioner**

Kuisisioner yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang memungkinkan dengan mempelajari sikap dan karakteristik orang-orang tertentu, yang dibagikan kepada 115 responden dengan usia di atas 40 tahun baik laki-laki maupun perempuan yang ada di kota Bandung.

#### 4. Metode Kepustakaan

Dilakukan untuk memperoleh data yang bisa dijadikan pada penelitian, yang didapat melalui buku, dan internet.

## 1.5 Skema Perancangan



Gambar 1.1 Diagram Skema Perancangan  
(Sumber : Data pribadi)