

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring perkembangan zaman, kita diberikan kemudahan dalam menentukan pilihan hidup. Di beberapa negara maju dan negara-negara berkembang sebenarnya dapat dianggap sebagai akibat kemajuan di bidang ekonomi, sosial, dan teknologi yang semakin canggih yang dapat mempengaruhi kehidupan kita. Namun kemajuan teknologi tidak hanya memberikan efek positif kepada kita, melainkan dampak negatif karena hampir semuanya dibuat serba instan contoh nya seperti masyarakat modern zaman sekarang lebih memilih untuk konsumsi makanan cepat saji dan jumlah kalori yang terdapat pada makanan cepat saji 20% lebih banyak daripada menu makanan yang tersaji pada tahun 80an, yang didominasi buah dan sayuran. Dan teknologi zaman sekarang lebih memberikan kemudahan dan penggunaan alat-alat elektronik telah menjadi gaya hidup sehari-hari yang mengakibatkan kurangnya aktivitas fisik. Dampak negative tersebut mengakibatkan banyaknya masyarakat yang menderita obesitas.

Menurut buku pola makan dan obesitas, yang ditulis oleh Toto Sudargo, pengobatan obesitas tidak mudah karena melibatkan kombinasi berbagai metode yaitu *behavior, modification*, pengaturan diet, *exercise*, obat-obatan, serta penggunaan alat-alat maupun pembedahan, tetapi pengaturan gizi dan aktivitas fisik yang dilakukan secara bersama-sama terbukti mampu mencegah dan mengobati obesitas.

Secara tradisional masyarakat di Indonesia sudah terbiasa dengan produk olahan kacang kedelai seperti tauco, oncom, tahu dan tempe dalam menu makan sehari-hari dan bahkan sudah menjadi masakan khas daerah seperti tahu sumedang, nasi tutug oncom, lotek, karedok, sambal, dan lalaban. Dalam hal ini sebagian besar masyarakat Indonesia dapat dikatakan sudah menjalankan diet semi *vegetarian*. Namun belum cukup banyak masyarakat di Indonesia mengetahui bagaimana cara mengelola masakan daerah tersebut menjadi sumber makanan utama. Ditambah lagi masyarakat di Indonesia khususnya di kota-

kota besar cenderung lebih banyak memilih makanan cepat saji yang dapat mengakibatkan obesitas.

Saat ini obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan di dalam negeri maupun di luar negeri. Kecenderungan terjadinya obesitas pada umumnya berhubungan erat dengan pola makan, status sosial, ketidakseimbangan antara aktivitas tubuh dan konsumsi makanan. Menurut Dr. Johanes Casay Candrawinata, MND, SpGK yang merupakan salah satu dokter ahli gizi yang ada di rumah sakit Melinda Bandung bahwa wanita lebih tinggi beresiko menderita obesitas dibanding pria karena dilihat dari beberapa faktor diantaranya yaitu wanita mengalami proses kehamilan, metabolisme wanita lebih lambat daripada pria, wanita memiliki lebih sedikit otot dibanding pria, dan wanita lebih sulit menahan diri untuk tidak ngemil dibanding pria.

Masyarakat modern zaman sekarang lebih memilih asupan protein hewani dan kurang sadar bahwa pola hidup sehat melalui vegetarian bisa menjadi alternatif dalam menjalankan pola makan sehat yang dapat mengatasi obesitas. Pada umumnya masyarakat khususnya wanita ingin terhindar dari yang namanya kegemukan atau obesitas karena setiap wanita pasti ingin memiliki tubuh yang terlihat ideal.

Menurut Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS pada tahun 2013 peningkatan obesitas yang dialami wanita sebesar 32,9% sedangkan pria 19,7%, riset tersebut merupakan bentuk angka kenaikan sejak tahun 2010. Dimana jumlah ibu rumah tangga usia di atas 25 tahun yang sudah mempunyai anak rata-rata mengalami kenaikan sebesar 17,5%. Obesitas ini dapat menyebabkan munculnya resiko yang akan menyerang tubuh contohnya seperti diabetes, stroke, gangguan pernafasan, penyakit ginjal, peradangan sendi, hipertensi, kolesterol tinggi, batu empedu, dan memicu penyakit kanker. Dan khususnya pada wanita obesitas ini dapat menyebabkan haid menjadi tidak lancar, kanker rahim, dan kanker payudara.

Dengan melihat permasalahan di atas penulis sebagai seorang yang bergerak di bidang keilmuan Desain Komunikasi Visual bergerak untuk membuat kampanye visual yang representatif. Menggunakan media kampanye tersebut tentunya dengan menggunakan

konsep-konsep visual estetis yang pada akhirnya dapat membuat masyarakat secara umum tertarik dan mudah memahami pesan yang ingin disampaikan serta mulai merubah pola makan mereka. Gaya hidup vegetarian menarik untuk diangkat karena cukup penting bagi berlangsungnya hidup kita, karena makanan adalah suatu hal yang pokok, wajib dan hampir setiap hari di konsumsi oleh semua makhluk hidup. Melalui perancangan kampanye ini diharapkan agar masyarakat dapat mengerti dan mulai merubah pola makan hidup sehat.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, berikut ini akan dirumuskan pokok-pokok masalah yang akan dibahas dan dipecahkan.

1. Bagaimana cara mengkampanyekan gaya hidup vegetarian yang baik dan benar untuk masyarakat khususnya wanita yang mengalami obesitas sebagai salah satu solusi mengatasi obesitas?
2. Bagaimana merancang kampanye yang benar, informatif, dan mudah dimengerti oleh masyarakat khususnya wanita yang mengalami obesitas di kota-kota besar melalui desain komunikasi visual?

Target perancangan yaitu wanita sebagai ibu rumah tangga dengan usia 25-40 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 2016 – Juni 2017.

1.3 Tujuan Perancangan

Berdasarkan pokok-pokok permasalahan yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah di atas, maka berikut ini akan dipaparkan mengenai garis besar yang akan dilakukan oleh penulis dalam memecahkan permasalahan tersebut.

1. Mampu menyadarkan masyarakat khususnya wanita yang mengalami obesitasakan pentingnya pola hidup sehat melalui vegetarian lewat kampanye ini melalui desain komunikasi visual.

2. Mampu merancang media yang tepat melalui kampanye ini untuk menarik minat masyarakat khususnya wanita yang mengalami obesitas secara menarik dan mudah dimengerti.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam pelaksanaan suatu penelitian serta penyusunan laporan tugas akhir untuk keperluan akademik, pasti dilakukan kegiatan yang disebut penelitian, pengamatan langsung, serta pelaksanaan pembuatan karya desain. Untuk keperluan tersebut diperlukan data yang memadai untuk dijadikan dasar pemikiran dan arahan konsep rancangan karya. Untuk memenuhi data dan fakta yang akurat bagi penelitian ini, maka penulis menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, antara lain :

a. Wawancara

Wawancara dilakukan oleh penulis langsung dengan dokter ahli gizi, dengan masyarakat khususnya wanita di atas 25 tahun yang mengalami obesitas, dan dengan masyarakat yang sudah melakukan pola makan vegetarian dalam mengatasi obesitas yang dialaminya.

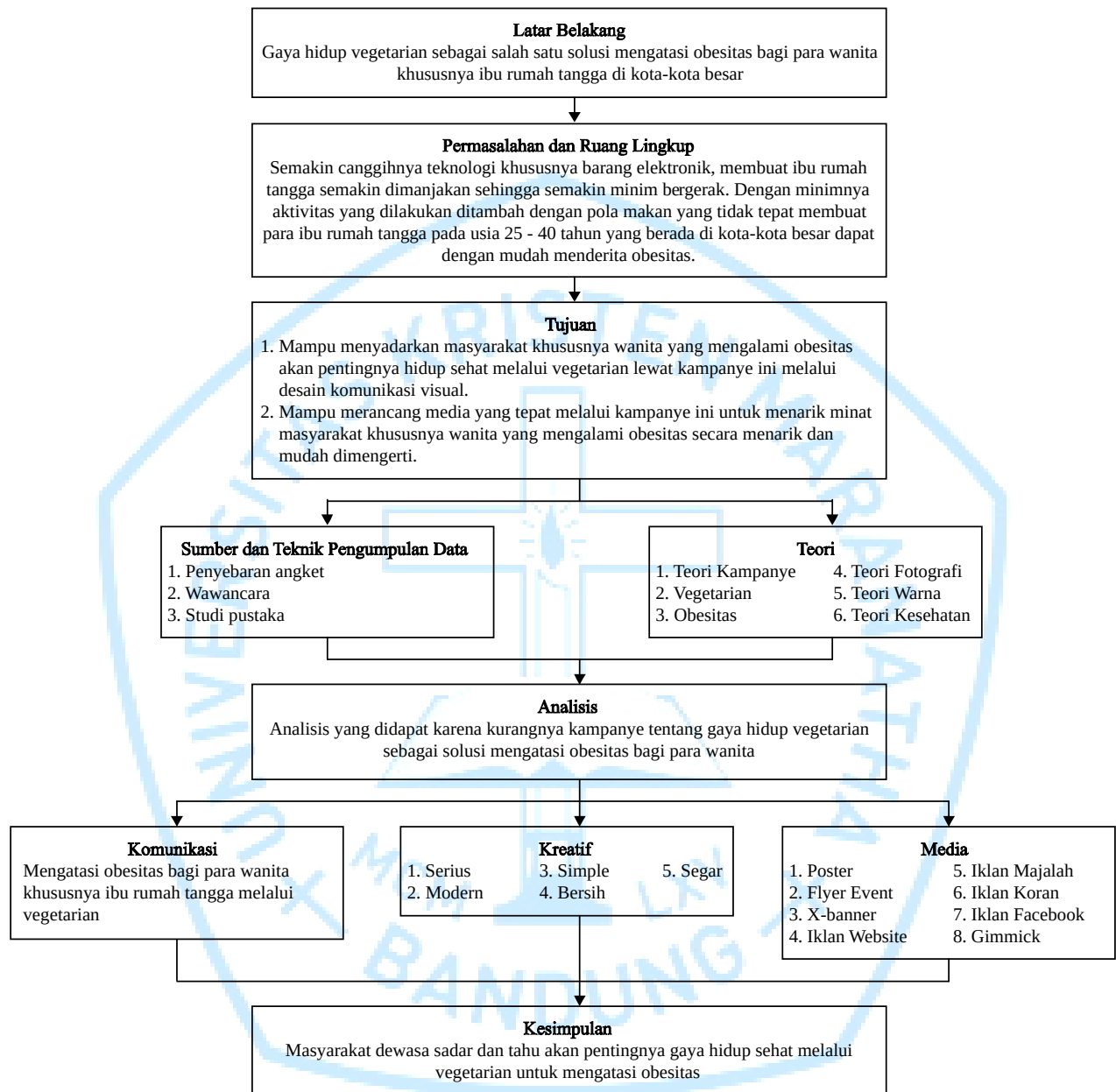
b. Studi Pustaka

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

c. Penyebaran angket

Penyebaran angket digunakan untuk mengumpulkan informasi yang memungkinkan untuk mempelajari sikap dan karakteristik orang-orang tertentu, yang dibagikan kepada 100 responden dengan usia di atas 25 tahun khususnya wanita yang mengalami obesitas di kota Bandung.

1.5 Skema Perancangan



Gambar 1.1 Diagram Skema Perancangan
(Sumber : Data pribadi)