

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan unsur yang sangat penting bagi tubuh, karena membuat tubuh sehat dan dapat melakukan aktivitas dengan baik. Gizi harus dipenuhi sejak masa anak-anak untuk mendukung proses tumbuh kembang anak dan juga perkembangan otak anak. Gizi berasal dari makanan-makanan sehat seperti sayuran, buah-buahan, daging, susu, yang termasuk dalam 4 sehat 5 sempurna. Kebutuhan gizi yang dibutuhkan anak-anak itu harus seimbang antara *food* dan *fun* karena peningkatan aktivitas pada anak berkaitan juga dengan peningkatan kebutuhan energi yang harus dipenuhi dengan asupan gizi yang cukup. Anak-anak jaman sekarang memiliki aktivitas/kegiatan yang cukup banyak seperti sekolah, belajar, les, bermain, olahraga dan berbagai macam kegiatan lainnya, maka dari itu kebutuhan gizi juga harus diseimbangkan untuk mendukung segala kegiatan anak-anak. Makanan yang mencakup kebutuhan gizi seimbang yang dibutuhkan anak-anak terdapat pada piramida makanan 4 sehat 5 sempurna. (Wardlaw & Smith, 2009)

Namun pada jaman sekarang sebagian masyarakat Indonesia, terutama yang tinggal di perkotaan, memiliki pola makan yang tidak sehat yaitu lebih banyak mengonsumsi makanan olahan dibandingkan makanan 4 sehat 5 sempurna dengan asupan gizi sehat seimbang. Kebanyakan anak-anak bahkan menyukai dan terbiasa mengonsumsi makanan olahan yang tidak sehat, seperti *chicken nugget* karena rasanya yang lezat, gurih dan juga praktis. Makanan olahan *chicken nugget*, sosis, dan lainnya yang sering dijumpai di *supermarket* pun banyak dijual dari berbagai merek, dari harga yang terjangkau sampai yang mahal sekalipun tidak menjamin bahwa makanan olahan tersebut adalah makanan sehat untuk dikonsumsi, apalagi untuk anak-anak yang sangat membutuhkan asupan nutrisi yang tinggi untuk pertumbuhan yang optimal. Ternyata makanan olahan seperti *nugget*, sosis, bakso dan lainnya itu terdapat bahan-bahan berbahaya (zat aditif) yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan terutama anak-

anak. (<http://www.suara.com/health/2015/12/28/175024/ini-alasan-chicken-nugget-bukanlah-makanan-sehat>)

Zat aditif merupakan bahan yang ditambahkan pada bahan pangan yang bertujuan untuk memperpanjang umur simpan bahan, membuat makanan semakin menarik lewat warna dan teksturnya, atau membuat rasa semakin nikmat serta menambah / meningkatkan nilai dari produk pangan itu sendiri. Bahan-bahan berbahaya yang terdapat dalam makanan olahan yang tidak sehat itu seperti MSG, zat pewarna buatan, pengawet, *trans fat*, zat pemanis buatan, dan banyak lagi bahan berbahaya (zat aditif) yang terdapat pada makanan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan yaitu seperti obesitas, pertumbuhan jadi tidak optimal, gangguan pencernaan dan banyak gangguan kesehatan lainnya terutama bila dikonsumsi secara berlebihan terutama bagi anak-anak. (Eka, 2013 : 42-43)

Dari permasalahan di atas, sangatlah penting bagi anak-anak untuk mendapatkan asupan gizi sehat seimbang, maka dari itu harus dimulai dari sekarang untuk membiasakan pola makan sehat dan mulai mengurangi mengkonsumsi makanan olahan yang tidak sehat seperti *nugget*, sosis, bakso agar anak-anak tidak terganggu kesehatannya dan dapat tumbuh kembang maksimal, dengan langkah awal yaitu memberikan informasi pentingnya asupan gizi dan juga bahaya makanan olahan tidak sehat kepada anak-anak dan orang tua dengan cara yang menarik, komunikatif dan informatif melalui bidang Desain Komunikasi Visual. Sehingga masyarakat terutama anak-anak dapat tertarik dan lebih mudah menyerap informasi lebih jauh lagi, dan anak-anak menjadi sehat dengan gizi seimbang dan terbebas dari berbagai macam penyakit yang ditimbulkan makanan olahan tidak sehat.

## **1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup**

Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah dijabarkan di atas, maka akan dibahas dan dirumuskan pokok-pokok permasalahan yang akan diselidiki dan ditelaah, serta dijawab dalam penulisan yaitu sebagai berikut:

- 1) Bagaimana menginformasikan bahaya mengkonsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih pada anak-anak untuk mengajak mereka mengurangi konsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih di kota Bandung?
- 2) Bagaimana merancang media Komunikasi Visual yang menarik dan sesuai untuk mengkomunikasikan mengenai bahaya mengkonsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih untuk mengajak mereka mengurangi konsumsi makanan olahan yang tidak sehat pada anak-anak di Bandung?

Ditinjau dari pokok-pokok permasalahan yang telah dirumuskan di atas, berikut akan diuraikan bidang-bidang kajian, prinsip teori, aspek-aspek keilmuan, konsep, yang akan dijadikan tolak ukur dan landasan berpikir dalam pemecahan masalah, serta batasan, segmen, area yang akan dibahas. Untuk menjawab dan menganalisis masalah dalam rumusan masalah, prinsip teori yang digunakan sebagai kerangka pikir yaitu teori mengenai gizi anak, teori psikologi komunikasi anak, bahaya zat aditif makanan olahan, teori mengenai media penerapan desain, teori ilustrasi dan beberapa teori lain yang mendukung.

Untuk penelitian ini, akan dilakukan di Kota Bandung, Jawa Barat dengan waktu penelitian dimulai dari bulan Februari 2016 dan ruang lingkup yang dikerjakan lebih mengarah kepada memberikan informasi mengenai bahaya mengkonsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih dan mengurangi konsumsi makanan olahan pada anak-anak Sekolah Dasar yang berusia sekitar 9-12 tahun (4-6 SD). Selain itu, penulis juga melakukan penelitian di sekolah-sekolah dasar di Bandung dan juga melakukan wawancara serta pembagian kuesioner kepada anak-anak itu sendiri sebagai target utama dan juga dilakukan kepada orang tua murid.

### **1.3 Tujuan Perancangan**

Berdasarkan dari pokok permasalahan yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah di atas, berikut ini akan dipaparkan garis besar hasil pokok yang ingin diperoleh dan dicapai setelah setiap permasalahan dibahas, dianalisis dan dijawab dalam penulisan yaitu sebagai berikut:

- 1) Menginformasikan bahaya mengonsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih pada anak-anak untuk mengajak mereka mengurangi konsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih di kota Bandung.
- 2) Merancang media Komunikasi Visual yang menarik dan sesuai untuk mengkomunikasikan mengenai bahaya mengonsumsi makanan olahan yang tidak sehat secara berlebih untuk mengajak mereka mengurangi konsumsi makanan olahan yang tidak sehat pada anak-anak di Bandung.

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

Dalam pelaksanaan penulisan tugas akhir ini, didalamnya dilakukan berbagai tahap yaitu penelitian, pengamatan, pelaksanaan dan juga perancangan sebuah hasil karya desain. Sehingga diperlukannya data yang memadai dan lengkap sebagai dasar pemikiran dan juga konsep perancangan karya tersebut. Pengumpulan data yang penulis dapat tempuh antara lain melalui studi kepustakaan, studi lapangan, pengalaman, teknik wawancara terhadap narasumber yang kompeten dibidangnya, wawancara langsung terhadap target dan orang tua, penyebaran kuisioner, uji coba di lapangan, sebagai berikut:

1. Observasi

Teknik observasi yaitu melakukan pengamatan secara langsung dengan cermat dan teliti terhadap subjek atau objek penulisan. Penulis melakukan observasi secara langsung ke beberapa sekolah dasar yang berada di Kota Bandung yaitu SD Dwisakti dan SD Maria Bintang Laut untuk dapat mengamati lebih dekat tentang kebiasaan konsumsi makanan olahan yang tidak sehat pada anak-anak Sekolah Dasar.

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan cara mengumpulkan bahan dan juga informasi dengan menanyakan secara langsung kepada narasumber, para ahli atau kepada target itu sendiri. Penulis mengumpulkan data yang dibutuhkan dengan melakukan wawancara kepada target yaitu anak sekolah dasar berusia 9-12 tahun (kelas 4-6 SD) di Kota Bandung, kepada orang tua murid kelas 4-6 SD di Bandung. Selain itu penulis melakukan wawancara kepada beberapa ahli/narasumber yang memahami dan mengetahui lebih dalam mengenai topik bahaya mengonsumsi makanan olahan yang

tidak sehat secara berlebih pada anak-anak. Wawancara mengenai kesehatan anak kepada dokter gizi (dr. Grace Puspasari, M.Gizi.) untuk mengetahui lebih detail tentang bahaya yang dapat ditimbulkan dari makanan olahan bagi kesehatan anak-anak itu sendiri serta mengetahui lebih dalam mengenai asupan gizi yang diperlukan bagi anak-anak itu seharusnya, kepada psikolog (Ira Adelina, M.Psi., Psik) untuk lebih memahami minat, karakteristik anak, dan cara komunikasi yang tepat untuk anak-anak kelompok usia 4-6 SD dan juga wawancara kepada guru SD (Bu Lucia).

### 3. Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan menyebarluaskan pertanyaan secara tertulis dan langsung. Kuesioner diberikan kepada 100 responden yaitu 50 anak-anak dan 50 orang tua. Penulis menyebarkan kuisisioner kepada anak-anak berusia 9-12 tahun (kelas 4-6 SD), serta kepada orang tua murid kelas 4-6 SD pada Sekolah Dasar di Bandung yaitu SD Dwisakti dan SD Maria Bintang Laut.

### 4. Studi Kepustakaan

Teknik studi kepustakaan yaitu penulis mendapatkan informasi dengan berkunjung ke beberapa perpustakaan di Bandung yaitu perpustakaan UK. Maranatha, ITB dan juga STPB. Dengan membaca buku-buku yang berhubungan dengan gizi dan kesehatan anak, buku mengenai resep makanan sehat untuk anak-anak, buku tentang bahaya makanan olahan, buku tentang perkembangan anak dan juga beberapa buku-buku, artikel dari koran seperti masalah gizi dan kesehatan anak, dan juga internet yang dapat memberikan informasi lengkap dan dijadikan dasar pemikiran.

## 1.5 Skema Penulisan

Dalam penulisan ini, dilakukan tahapan, langkah-langkah dan alur proses yang bersifat terurut, sistematis, runtun, kronologis dan berkesinambungan mulai dari awal penulisan sampai akhir penulisan yang ditandai dengan dihasilkannya karya desain yang akan dikomunikasikan kepada target atau audiens komunikasi yang telah ditentukan. Berikut ini skema, alur proses, atau pemetaan penulisan dari awal sampai akhir, yaitu sebagai berikut:

