ABSTRAK

Kehidupan masyarakat di kota Jakarta sangatlah padat akan aktifitas dan rutinitas sehari-hari. Hal itu mulai disadari para pekerja kantoran di Jakarta untuk memulai gaya hidup sehat. Salah satunya dengan berolahraga, dan olahraga yang saat ini digemari adalah lari karena murah, mudah, menyenangkan dan berdampak langsung terhadap tubuh. Menjamurnya olahraga lari ini tidak dibarengi dengan pengetahuan lari yang baik dan benar, banyak mengesampingakn tentang pemahaman berlari yang baik. Karena di balik dari pemahaman yang kurang tentang lari dapat menyebabkan cedera dan bahkan heat stroke. Hanya sebagian orang yang pernah mendengar tentang heat stroke dan sangat sedikit yang memahami cara menanggulangi jika terkena heat stroke, padahal risiko dari cedera ini dapat mengakibatkan kematian bagi para penderitanya. Pengumpulan data akan dilakukan dengan cara wawancara, dan observasi. Dan metode yang digunakan adalah metodologi penelitian deskriptif kualitatif, dengan mendeskripsikan strategi komunikasi yang tepat dan sesuai dengan target audiens. Subjek penelitian ini adalah para pekerja kantoran di Jakarta yang gemar berolahraga lari. Dan menggunakan subjek penelitian sebagai sarana kampanye (word of mount), agar penyebaran strategi kampanye ini dapat tersebar dengan efektif.

Kata Kunci: Heat stroke ,Kampanye, Lari, Olahraga.