

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Wanita memiliki kecenderungan dalam memperhatikan bentuk tubuhnya dan mereka memiliki pola pikir atau persepsi bahwa bentuk tubuh yang ideal itu tubuh yang kurus serta langsing. Fenomena ini dipengaruhi oleh penggunaan media social, terutama maraknya model – model bertubuh kurus dan langsing yang menjadi *role model* dikalangan remaja wanita. Hal ini telah mempengaruhi psikis wanita kebanyakan dan berusaha menurunkan berat badannya demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Berdasarkan pola pikir yang tidak benar itu, dapat mengakibatkan perilaku makan yang menyimpang, yang dapat berdampak buruk bagi gizi individu remaja.

Dalam beberapa tahun belakangan kasus perilaku makan menyimpang sudah banyak terjadi di Asia. Dalam jangka waktu lima tahun belakangan ini gejala perilaku makan menyimpang sudah menyebar pada wanita dengan berbagai macam latar belakang ekonomi seperti negara Thailand, Jepang, Korea, Singapura dan Hongkong bahkan hingga ke Indonesia. (Tsai 2000, dalam Hapsari 2009). Dilansir oleh situs *anorexiasupport.com*, Indonesia masuk dalam peringkat ke empat negara dengan penderita gangguan makan, setelah China, India dan Amerika Serikat.

Perilaku makan menyimpang terbagi dalam beberapa tipe, salah satu tipe yang menonjol adalah *bulimia nervosa*. Menurut Dr. Lestari Rahmah, *bulimia nervosa* adalah suatu penyakit atau kelainan yang terjadi pada pola makan, seseorang dengan *bulimia* akan melakukan pola makan yang berlebihan lalu akan memaksa dirinya memuntahkan kembali makanan yang dimakan olehnya. Selain itu, penderita juga akan melakukan diet sangat ketat dan olahraga berlebihan. Kelainan itu merupakan salah satu bentuk penyiksaan yang dilakukan terhadap diri sendiri dan sering terjadi pada wanita khususnya remaja. Perbedaan antara penderita anorexia, pada *bulimia*

*nervosa* penderitanya memiliki berat tubuh atau berat badan yang normal, sehingga dapat dikatakan penyakit *bulimia nervosa* ini agak sulit atau jarang diketahui oleh masyarakat pada umumnya. Perbedaan seseorang yang menderita *anorexia* dengan orang yang menderita *bulimia nervosa* ialah berat badan yang dimilikinya cenderung terlihat normal seperti orang sehat umumnya, oleh karena hal itu banyak masyarakat yang belum mengetahui penyakit ini. *Bulimia* juga dibagi menjadi dua tipe, yaitu *purguing bulimia* dan *non – purguing bulimia*. *Purguing bulimia* sendiri yaitu kebiasaan untuk mengeluarkan kembali makanan yang telah dimakan sebelumnya dengan cara memuntahkannya atau meminum obat pencahar agar cepat buang air besar, sedangkan *non – purguing bulimia* adalah kebiasaan untuk menghindari kalori dan mencegah berat badan dengan cara puasa, diet dan olahraga berlebihan.

Dikatakan oleh dr. Lestari Rahmah, MKT, indikasi seseorang menderita *bulimia nervosa* adalah ketika seseorang mengonsumsi makanan meski tidak sedang lapar, hal tersebut bisa dipicu karena permasalahan emosional seperti depresi dan stress. Yang kemudian penderita akan merasa bersalah, menyesal dan menyalahkan dirinya sendiri lalu memaksa tubuhnya mengeluarkan makanan yang telah masuk. Penderita *bulimia* biasanya akan mengalami kejadian ini selama minimal tiga bulan dengan kejadian muntah sengaja lebih dari dua kali dalam waktu seminggu. Gejala lain seseorang menderita *bulimia nervosa* adalah selalu beranggapan negative terhadap bentuk badan yang dimilikinya, selalu merasa kegemukan bahkan takut sekali bertambah berat badannya, sulit mengontrol napsu makan, yang pada akhirnya akan meminum obat pencahar setiap selesai makan.

Dalam hal ini wanita lebih memiliki kecenderungan mengalami gangguan makan dari pada laki – laki. Menurut *National Institute of Mental Health* (NIMH, 2006 dalam Hapsari, 2009) hanya 5 – 15% laki – laki yang mungkin mengalami *bulimia nervosa*. Wanita penderita *bulimia nervosa* yang berumur 12 – 24 tahun memiliki resiko kematian 12 kali lebih tinggi dibandingkan dengan teman sebaya lainnya yang tidak menderita *bulimia nervosa*. Di Indonesia gangguan makan seperti *bulimia* cenderung terjadi pada usia remaja (Metro TV, 2013 dalam Octafiant, 2015).

Efek yang timbul dari *bulimia nervosa* tidak bisa dianggap sepele. Beberapa konsekuensi yang paling serius dari *bulimia nervosa* antara lain rusaknya enamel gigi, menurunnya kadar kalium darah yang sangat berlebihan kemudian dapat berujung terjadinya kematian jantung, ulserasi pada perut, keracunan akibat penggunaan obat pencahar yang berlebihan, terjadinya juga bengkak pada kelenjar saliva akibat dari muntah yang dipaksakan. (Wardlaw dan Kessel, 2002 dalam Kurnia, 2008).

Penyebab dari perilaku pola makan menyimpang ini belum dapat diketahui secara pasti karena hal ini tidak hanya terkait masalah kesehatan tapi juga masalah pada psikis penderita. Penderita cenderung memiliki rasa percaya diri yang rendah (*low self esteem*) karena keinginannya memiliki bentuk tubuh yang kurus serta langsing (*Eating Disorders Venture*, 2006). Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Logue (1998), Krummel (1996) dan MCombs (2001), penyebab dari perilaku makan yang menyimpang bisa dilatar belakangi etnis informan, kebiasaan makan keluarga, umur dan juga jenis kelamin informan, pengaruh dari citra tubuh dan konsep diri, timbulnya stress, kemudian pengaruh dari media massa, permasalahan dalam keluarga, ada anggota dalam keluarga lain yang mengalami hal serupa, faktor sosial ekonomi, budaya, lingkungan teman sepermainan, lingkungan pekerjaan, dan pola asuh keluarga.

Di Indonesia perilaku pola makan yang menyimpang saat ini masih dianggap hal yang biasa saja karena kasusnya belum terlalu banyak terkuak padahal dalam penelitian yang dilakukan oleh Hapsari (2009) membuktikan dari 61 remaja perempuan di *Modelling School* Jakarta, sebanyak 38 orang atau (58,5%) responden mengalami gangguan pola makan. Dengan spesifikasi *bulimia nervosa* sebanyak 1,5%. Dalam data kuantitatif perilaku pola makan menyimpang pada remaja di Jakarta diketahui bahwa 34,8% remaja di Jakarta mengalami perilaku pola makan menyimpang, dan sebanyak 27% menderita *bulimia* (Syafiq dan Tantiani *In Press*, 2009). Dan dalam penelitian lain sebesar 13% siswi di Jakarta melakukan perilaku muntah dengan sengaja (*purguing*). Kemudian di lansir dalam website

*healtgrove.com* (2013) dikemukakan bahwa tiga gangguan dan penggunaan paling mematikan di Indonesia salah satunya adalah perilaku makan menyimpang yang menempati peringkat kedua penyebab kematian di Indonesia sebanyak 77% setelah gangguan narkoba sebanyak 150% dan gangguan mental (Schizophrenia) sebanyak 26%. Dan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Laila (2013) di Madrasah Aliyah Pembangunan UIN Jakarta terhadap 120 siswa dan siswi menunjukkan bahwa sebanyak 47,5% mengalami gangguan pola makan dengan spesifikasi gejala *anorexia nervosa* sebanyak 4,2%, *bulimia nervosa* sebanyak 6,7%, *binge eating disorders* sebanyak 6,7%, dan *eating disorders not otherwise* sebanyak 30,8%. Gangguan makan tersebut diakibatkan dari rasa percaya diri yang rendah, dalam penelitian tadi di ketahui bahwa sebanyak 48,5% berat badan mempengaruhi rasa percaya diri dan 55% bentuk tubuh mempengaruhi rasa percaya diri. Dari 120 siswa dan siswi Madrasah Aliyah Pembangunan UIN Jakarta sebanyak 43,3% menyatakan bahwa memiliki rasa percaya diri yang rendah dengan alasan paling banyak yaitu merasa banyak kekurangan sebanyak 65,8% dan alasan paling sedikit yaitu karena takut menerima kritik dari orang lain sebanyak 20,8%. Kemudian dalam variabel citra tubuh sebanyak 69,2% menjawab merasa tubuhnya gemuk, alasan mereka merasa gemuk yaitu sebanyak 84 siswa (70%) menjawab karena merasa berat badan yang tidak ideal, padahal apabila dibandingkan dengan IMT (Indeks Masa Tubuh) sebanyak 17 remaja (14,2%) tergolong dalam kategori obesitas, sebanyak 14 remaja (11,7%) tergolong dalam kategori gemuk, sebanyak 81 remaja (67,5%) tergolong dalam kategori bertubuh normal dan sebanyak 8 remaja (6,7%) tergolong dalam kategori tubuh kurus (Laila, 2013).

Salah satu pencegahan dapat dilakukan adalah melalui media. Edukasi dapat dilaksanakan dengan bantuan media yang mempermudah remaja dalam menerima informasi mengenai *bulimia nervosa* sehingga dapat membentuk sikap yang positif terhadap makanan yang bergizi dalam rangka membentuk pola makan yang seimbang dan baik (Elda, 2017). Di Indonesia sendiri edukasi dan informasi mengenai *bulimia nervosa* masih sangat sedikit karena belum banyak kasus yang

terkuak, bahkan belum banyak penelitian atau publikasi jurnal ilmiah yang melaporkan mengenai kasus perilaku pola makan menyimpang di Indonesia (Kurnia, 2008).

Dikemukakan dalam Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di tahun 2013 menunjukkan prevalensi kurus dari usia anak sekolah hingga usia remaja di Jakarta sebesar 28,5% (Kemenkes, 2013). Untuk mencegah timbulnya permasalahan gizi (*underweight*) itu, diperlukan sosialisasi mengenai pedoman gizi seimbang yang dapat menjadi acuan dalam menjaga berat badan yang normal, melakukan aktivitas fisik, menjadi pedoman pola makan, serta hidup yang sehat (bersih). Namun remaja masih belum mengetahui mengenai pedoman gizi seimbang ini padahal pedoman gizi sehat ini sangat berkaitan dengan perilaku makan menyimpang dan dapat mencegah *bulimia nervosa* yang terjadi di kalangan remaja wanita (Elda, 2017).

Melihat fenomena tersebut, penulis menjadikan *bulimia nervosa* sebagai tema untuk menyelesaikan tugas akhir. Menginformasikan hal-hal yang seharusnya dilakukan untuk menjaga berat badan dan pola makan yang baik, sehingga kasus kurangnya gizi dapat ditanggulangi.

## **1.2 Permasalahan**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasar dari permasalahan yang telah diuraikan diatas dapat disimpulkan identifikasi masalah antara lain:

1. Wanita lebih memiliki kecenderungan mengalami gangguan makan daripada laki – laki.
2. Perilaku makan menyimpang menempati peringkat kedua penyebab kematian di Indonesia setelah perilaku obat – obatan menyimpang.
3. Minimnya kepercayaan diri wanita dengan citra tubuh yang dimilikinya dapat memicu *low self esteem* dan kecemasan yang menimbulkan *bulimia nervosa*.
4. Minimnya media yang menginformasikan mengenai *bulimia nervosa* terutama dikalangan remaja karena kasusnya belum banyak terkuak.

### **1.2.1. Rumusan Masalah**

1. Bagaimanakah perancangan strategi kreatif kampanye yang tepat untuk menyadarkan dan mencegah *bulimia nervosa* di kalangan remaja wanita?
2. Bagaimanakah perancangan media visual kampanye yang akan dilakukan untuk remaja wanita?

### **1.3 Ruang lingkup**

Ruang lingkup berfungsi agar pembahasan lebih terarah, dalam hal ini yang akan penulis lakukan adalah merancang sebuah kampanye meningkatkan percaya diri wanita terhadap berat badan yang dimilikinya untuk mencegah *bulimia nervosa*. Dengan lokasi kegiatan kampanye yang akan dilaksanakan di Kota Jakarta, mengingat bahwa sudah ada beberapa data dan fakta yang mengatakan terjadi perilaku makan penyimpang dengan spesifikasi *bulimia nervosa* di Kota Jakarta berdasar pada penelitian yang dilakukan oleh Najmi Laila (2013). Perancangan kampanye ini dimulai dari bulan September 2017 hingga Agustus 2017. Target audiens yang dituju adalah wanita remaja berumur 15 – 18 tahun, karena pada jangka umur tersebut merupakan umur dengan tingkat resiko *bulimia nervosa* serta wanita remaja memasuki masa labil yang menimbulkan kecemasan sehingga membuat rendahnya percaya diri secara mental menurut Dra. Selly Mahliani, Psi.

Oleh hal tersebut diadakannya sebuah perancangan kampanye yang kreatif agar tepat dan sesuai dengan target audiens. Tidak hanya itu, diperlukan reancangan media yang dapat menyasar targer audiens sehingga pesan dapat tersampaikan dengan baik. Diharapkan remaja wanita sadar akan bahaya *bulimia nervosa* sehingga akan lebih percaya diri dengan berat badan yang dimilikinya.

### **1.4 Tujuan Perancangan**

1. Terancangnya rancangan strategi kreatif kampanye yang tepat untuk menyadarkan dan mencegah *bulimia nervosa* di kalangan remaja wanita.
2. Terancangnya konsep media visual yang akan diimplementasikan menjadi media kreatif dan komunikatif untuk remaja wanita sehingga pesan dapat tersampaikan dengan baik.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Hasil dari proses perancangan yang dilakukan oleh penulis, diharapkan dapat memberi manfaat kepada penulis, Fakultas Industri Kreatif Universitas Telkom, instansi terkait, dan masyarakat luas diantaranya:

1. Bagi Penulis
  - a. Dapat memenuhi salah satu syarat kelulusan S1 program studi DKV (Desain Komunikasi Visual), Fakultas Industri Kreatif ,Universitas Telkom.
  - b. Memberi pengalaman, wawasan dan keterampilan bagi penulis dalam merancang sebuah kampanye kesehatan yang dapat dimanfaatkan orang banyak.
2. Bagi Fakultas Industri Kreatif Universitas Telkom
  - a. Dapat bermanfaat bagi kalangan akademis terutama bagi yang akan melakukan penelitian sejenis.
  - b. Dapat menerapkan ilmu desain komunikasi visual kedalam ruang lingkup kesehatan sehingga memberikan manfaat terhadap bidang keilmuan tersebut.
3. Bagi Instansi Terkait
  - a. Dengan adanya penelitian ini memberikan manfaat dalam bentuk kerja sama antara penulis dengan pihak HIMPSI.

## **1.6 Metode Penelitian**

### **1.6.1 Metode Yang Digunakan**

Metode penelitian oleh penulis dalam kegiatan perancangan kampanye ini yaitu menggunakan metode kualitatif. Metode penelitian kualitatif biasanya digunakan dalam hal meneliti suatu kondisi objek yang alamiah, dengan peneliti sebagai instrumen kunci. Pengambilan contoh sumber dan cara pengumpulan data akan dilakukan dengan triangulasi atau gabungan analisis data yang sifatnya induktif kualitatif, lalu hasil dari penelitian kualitatif akan lebih menekankan terhadap makna yang sifatnya khusus dari pada umum. (Sugiono, 2009: 297).

## **1.6.2 Metode Pengumpulan Data**

### **1. Wawancara**

Dalam proses pengumpulan data, penulis melakukan wawancara mendalam terhadap ahli yang memahami penyakit *bulimia nervosa* dan cara penanganan serta pencegahannya. Hal tersebut bertujuan untuk mendapatkan informasi valid mengenai angka penderita *bulimia nervosa* dan pola gizi seimbang yang baik menurut dinas kesehatan Indonesia.

### **2. Observasi**

Penulis melakukan observasi terhadap remaja wanita untuk melihat tingkah laku dan kebiasaan mereka dalam penyimpanan, pengolahan, dan penyajian pangan.

### **3. Studi Pustaka**

Dalam mengumpulkan data penulis menggunakan referensi buku yang berhubungan dengan kampanye, penyakit psikis pada remaja dan gizi seimbang, serta buku yang berhubungan dengan teori desain komunikasi visual. Penulis menggunakan teori dari para ahli dalam buku terkait untuk mendukung perancangan kampanye ini. Tidak hanya itu, penulis juga melakukan analisis jurnal mengenai penelitian terkait yang telah dilakukan sebelumnya.

## **1.6.3 Metode Analisis**

Adapun metode analisis yang penulis gunakan dalam perancangan kampanye ini ialah analisis matriks. Analisis ini berfungsi untuk membandingkan beberapa kampanye sejenis untuk dapat dijadikan sebagai acuan dalam membuat strategi yang lebih efektif.

Penulis juga menggunakan analisis AOI (Activities, Opinion, Interest) untuk mendapatkan profil psikografis dari konsumen. Analisis AOI merupakan beberapa pertanyaan yang dibuat untuk mengenali beberapa aspek yang relevan mengenai hal-hal seperti kepribadian, keinginan untuk membeli, minat, sikap, kepercayaan, dan juga nilai-nilai konsumen (Kotler dan Armstrong, 2004: 292). Dari analisis ini dapat mendeskripsikan konsumen dari segi perilaku mereka, sehingga dapat



mengarahkan penulis dalam membuat rancangan kampanye yang sesuai dengan khalayak sasaran.

Adapun metode analisis yang digunakan untuk mencapai respon konsumen dalam perancangan kampanye ini adalah Facet Model of Effects. Dimana periklanan yang efektif akan menciptakan enam respon konsumen yaitu melihat dan mendengar pesan (persepsi), merasakan sesuatu tentang brand (emosi atau respon afektif), memahami poin pesan (respon kognitif), mengaitkan kualitas positif dengan brand (asosiasi), mempercayai pesan (persuasi), bertindak sesuai dengan yang diharapkan (perilaku). Semuanya akan bekerja sama untuk menciptakan respon terhadap pesan brand. Efeknya bersifat holistik dan menimbulkan kesan yang disebut persepsi yang terintegrasi (Moriarty, Sandra. 2009: 133).

## 1.7 Kerangka Perancangan

### Latar Belakang

Wanita lebih memiliki kecenderungan mengalami gangguan makan dari pada laki – laki. Di Indonesia gangguan makan seperti *bulimia* cenderung terjadi pada usia remaja. *Bulimia nervosa* biasanya dipicu oleh rasa percaya diri yang rendah (*low self esteem*) dan berat badan mempengaruhi rasa percaya diri. Perlunya disosialisasikan pedoman gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal karena masih banyak remaja yang belum mengetahui mengenai pedoman gizi seimbang ini, padahal pedoman gizi sehat ini sangat berkaitan dengan perilaku makan menyimpang dan dapat mencegah *bulimia nervosa*.

### Fenomena

Perilaku makan menyimpang menempati peringkat kedua penyebab kematian di Indonesia sebanyak 77%. Dalam data kuantitatif perilaku makan menyimpang pada remaja di Jakarta disebutkan sebanyak 34,8% remaja di Jakarta mengalami perilaku makan menyimpang, dan 27% menderita *bulimia*. Pada penelitian lain sebesar 13% siswi di Jakarta melakukan perilaku muntah dengan sengaja (*purguing*). Di ketahui dari 120 siswa MA UIN Jakarta sebanyak 48,5% berat badan mempengaruhi rasa percaya diri .

### Identifikasi Masalah

1. Wanita lebih memiliki kecenderungan mengalami gangguan makan daripada laki – laki.
2. Perilaku makan menyimpang menempati peringkat kedua penyebab kematian di Indonesia setelah perilaku obat – obatan menyimpang.
3. Minimnya kepercayaan diri wanita dengan citra tubuh yang dimilikinya dapat memicu *low self esteem* dan kecemasan yang *bulimia nervosa*.
4. Minimnya media yang menginformasikan mengenai *bulimia nervosa* terutama dikalangan remaja karena kasusnya belum banyak terkuak

#### Observasi

Wanita Remaja 15 – 18 tahun.

#### Wawancara

Dokter Psikolog, Remaja Wanita

#### Studi Pustaka

Kampanye, DKV, Bulimia Nervosa, Psikologi Remaja

#### PENGUMPULAN DATA

MATRIKS

ANALISIS DATA

WTS & HTS

AOI

PERANCANGAN KAMPANYE

*Facent Model*

HASIL PERANCANGAN KAMPANYE

KESIMPULAN & SARAN

## **1.8 Sistematika Penulisan**

### **1. BAB I Pendahuluan**

Dalam bab ini membahas dan menguraikan latar belakang studi, yang terdiri keterangan dari latar belakang masalah yang terjadi, rumusan masalah, ruang lingkup masalah, tujuan dari penelitian, manfaat dari penelitian, metode penelitian yang digunakan, teknik dalam pengumpulan data, serta kerangka perancangan penelitian.

### **2. BAB II Dasar Pemikiran**

Pada bagian ini berisikan teori yang bersumber pada literatur seperti buku dan jurnal penelitian terkait, yang relevan untuk digunakan sebagai acuan perancangan kampanye.

### **3. BAB III Data dan Analisis**

Pada bab ini berisi data – data yang sudah didapat dan dikumpulkan penulis melalui proses wawancara, observasi, dan studi pustaka. Menjelaskan analisa terhadap permasalahan yang diangkat guna perancangan tugas akhir.

### **4. BAB IV Konsep dan Hasil Perancangan**

Pada bab ini menguraikan konsep yang dirancang untuk kampanye, dimulai dari ide besar, pendekatan, media dan konsep visual guna mendapatkan hasil perancangan yang baik dan tepat sasaran.

### **5. BAB V Penutup**

Pada bagian bab ini berisi kesimpulan serta saran yang menjadi jawaban terhadap rumusan masalah dan uraian-uraian pada bab sebelumnya.