

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Pola hidup merupakan suatu hal penting yang akhir-akhir ini sering di kesampingkan di karenakan hal-hal seperti padatnya aktifitas, membuat kita tidak sempat menjalani pola hidup sehat yang benar. Pola hidup merupakan suatu kebutuhan yang tidak bisa di hilangkan dari kehidupan karena setiap tubuh manusia memiliki gangguan kesehatan yang bisa muncul kapan saja. Tanpa di sadari gaya hidup dan pola makanan yang di konsumsi sehari-hari menjadi penyebab timbulnya gejala kesehatan yang mempengaruhi kesehatan pada tubuh kita. Meskipun ada factor penyebab kesehatan lainnya yang menimbulkan gejala-gejala kesehatan.

Sebagian masyarakat yang memiliki aktifitas padat, dan tinggal di kota – kota besar sering sekali mengabaikan pola hidup sehat, karna aktifitasnya yang padat. Gaya hidup yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji, jarang berolahraga, kurang tidur dapat menimbulkan penyakit-penyakit berbahaya dan beresiko tinggi. Dari hasil wawancara bersama ahli gizi di Rs. Kebon Jati Bandung, sebagian besar masyarakat terkena penyakit gagal ginjal karena pola hidup yang tidak sehat, tidak hanya penyakit fisik obesitas mempengaruhi mental dan kejiwaan manusia, dan sebagian besar yang memiliki kemungkinan terkena penyakit-penyakit berbahaya di karenakan pola hidup sehat adalah wanita, karena wanita lebih rentan terserang penyakit. Dan sebagian besar wanita di kota-kota besar menjadi korba dampak negative pola hidup yang tidak sehat, di karenakan sering mengkonsumsi makanan cepat saji, memilih program-program diet yang salah, mengkonsumsi obat-obatan pengurus berat badan yang salah.

Seiring berkembangnya teknologi, informasi mengenai pola hidup sehat mudah di dapatkan, namun ada beberapa informasi yang belum tentu benar dan tidak berdampak positif untuk masyarakat, Untuk era ini du butuh kan sebuah media mengenai pola hidup sehat yang dapat memberikan informasi yang benar dan menjadi alat untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjalani pola hidup sehat.

Banyak sekali dampak positif yang bisa di nikmati jika menjalani pola hidup sehat, salah satunya badan menjadi segar karna berolahraga, terhindar dari virus dan penyakit-penyakit berbahaya karena mengkonsumsi makanan yang bergizi dan sehat membuat tubuh kita menjadi kebal penyakit. Kesehatan juga berdampak pada kesehatan pola fikir manusia .

Untuk menjawab permasalahan tersebut, penulis akan merancang media informasi yang lebih inovatif dan lebih menarik kedalam buku ilustrasi tentang menjalani pola hidup sehat dan tubuh yang ideal. Dalam buku ilustrasi tersebut penyampaian informasi dengan visual yang tidak kaku dan mudah di mengerti sehingga menarik minat baca dan memberikan pengetahuan tentang pola hidup sehat untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Perancangan buku ilustrasi ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan pengumpulan data secara pengamatan langsung kelapangan, dan studi pustaka. Dari latar belakang di atas, di simpulkan bahwa permasalahan di kota-kota besar di Indonesia memiliki potensi atau masalah pola hidup yang kurang sehat di karenakan pola hidup yang tidak sehat, dan membutuhkan sebuah program berupa buku ilustrasi tentang pola hidup sehat, utnuk membuat masyarakat sadar dan mengetahui tentang pentingnya pola hidup sehat, yang di khususkan untuk wanita.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Rendahnya kepedulian wanita dalam menjalani pola hidup sehat.
- b. Kurangnya pengetahuan wanita akan pola hidup sehat yang tepat dan benar.
- c. Kurangnya edukasi akan bahaya dalam mengonsumsi makanan tidak sehat terus-menerus.
- d. Kurangnya kesadaran untuk melakukan pola hidup sehat.

2.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas , maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana cara merancang sebuah informasi dan edukasi tentang pola hidup sehat untuk menyadarkan masyarakat melakukan pola hidup sehat, khususnya untuk wanita melalui buku ilustrasi?

3. Ruang Lingkup

Dalam ruang lingkup akan di bahas 5W+1H sebagai berikut :

- a. *Who* : Wanita remaja 15 – 30th
- b. *What* : Memberikan Informasi bagaimana cara pola hidup sehat yang baik dan benar untuk mendapatkan tubuh yang ideal.
- c. *Where* : Indonesia , Jawa Barat, Bandung.
- d. *When* : Dari tahun 2019 hingga 2020.
- e. *Why* : Karena pentingnya memberikan informasi yang membahas tentang cara pola hidup sehat yang baik dan benar untuk kesehatan dan mendapatkan berat badan yang sesuai.
- f. *How* : Melihat banyaknya masyarakat yang tidak mementingkan pola hidup sehat, dan informasi yang salah tentang diet yang di khususkan kepada wanita.

4. Tujuan Perancangan

- a. Memberikan informasi dan motivasi serta edukasi kepada wanita yang bertubuh tidak ideal agar mudah dipahami.
- b. Meningkatkan kepedulian wanita terhadap pola hidup sehat.

5. Cara Pengumpulan Data dan Analisis

1.1. Cara Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi, menurut Sutopo (2016: 11) . Proses dalam melihat keadaan penelitian. Digunakan untuk mengamati sebuah kondisi interaksi berupa tingkah laku dan situasi tempat. Pengamatan dapat dilakukan secara bebas dan terstruktur . Pengumpulan data observasi di lakukan peneliti dengan cara mengumpulkan data melalui, wawancara narasumber, buku-buku tentang pola hidup sehat, dan para wanita yang memiliki masalah berat badan yang berlebih.

b. Wawancara

Wawancara Pengertian wawancara menurut Sugiyono (2009:72) adalah proses dua orang untuk berbagi informasi danide melalui tanya jawab, sehingga bisa memunculkan

makna dalam topic tertentu. Dalam hal ini penulis mewawancarai narasumber untuk mendapatkan data.

c. Dokumentasi

Dokumentasi menurut Sutopo (2006: 52). berupa setiap proses pembuktian yang didasarkan atas jenis sumber apapun, baik itu yang berupa tulisan, lisan, gambaran. Dalam hal ini peneliti mengumpulakn beberapa dokumentasi data, dan gambar mengenai buku ilustrasi, dan buku digital.

d. Kuisisioner

Kuisisioner menuurt Sutopo (2006: 82). merupakan suatu teknik pengumpulan data secara tidak langsung (peneliti tidak langsung bertanya jawab dengan responden). Dalam hal ini peneliti menyebarkan kuisisioner untuk mendapatkan informasi, data-data mengenai masalah pola hidup sehat.

e. Studi pustaka

Dalam perancangan buku digital mengenai pola hidup sehat, peneliti menggunakan beberapa buku yang penulis gunakan beberapa diantaranya adalah tentang Seni ilustrasi dari Sofyan Salam, Manajemen Komunikasi dari Dr. Yusuf Zainal Abidin, M.M. , Manajemen Warna dan Desain dari sarwo Nugroho, Layout dasar & penerapannya dari Surianto Rustan. Untuk mendapatkan informasi data, dan informasi dalam merancang buku digital mengenai pola hidup sehat .

5.2. Cara Analisis Data

a. Metode Analisis Matriks .

Dalam perancangan ini peneliti menggunakan analisis matriks, tujuan analisis matriks ini yaitu untuk mengidentifikasi perbedaan maupun persamaan pada data penelitian, dan rangkuman tersebut akan menghasilkan kesimpulan Soewardikoen (2013:61). Agar lebih mudah untuk memunculkan gagasan, ide-ide, dan konsep dalam perancangan buku digital mengenai pola hidup sehat .

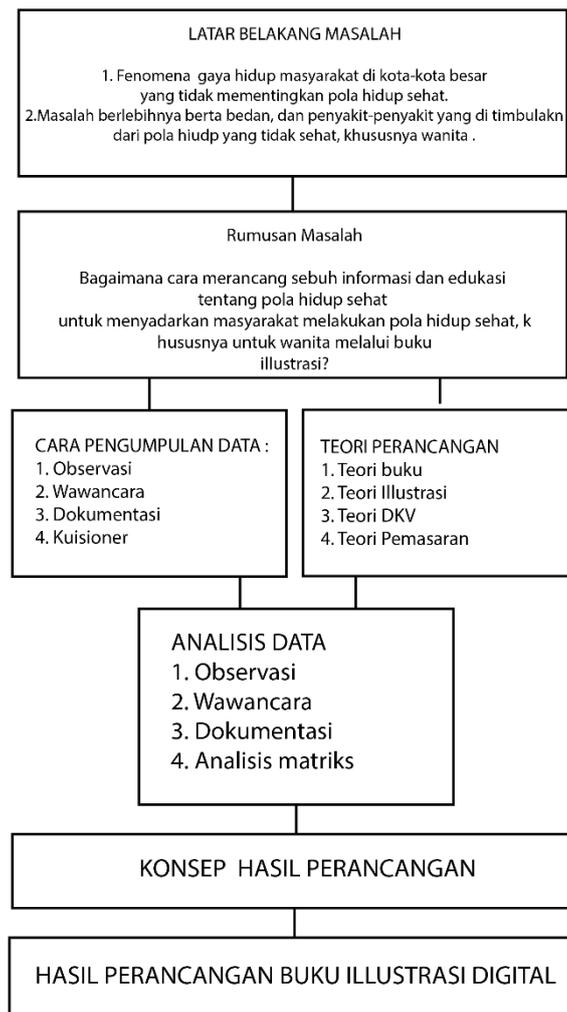
b. Metode Analisis Deskriptif.

Dari data-data yang sudah peneliti kumpulkan, Sugiono (2009:29) menyebutkan bila analisis deskriptif merupakan metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan terhadap objek yang akan atau sedang diteliti. Hal ini membantu peneliti dalam mencari solusi terhadap masalah-masalah dalam merancang buku ilustrasi digital .

c. Metode Analisis Visual.

Dalam merancang sebuah buku ilustrasi digital, peneliti memakai analisis visual, yang bertujuan memperkuat konsep, konten dan ilustrasi yang akan di berikan, agar pembaca dapat lebih mudah menerima pesan yang akan di sampaikan dalam bentuk informasi yang di terapkan dalam pola hidup sehat

1.6 Kerangka Perancangan.



Tabel 1 Kerangka Perancangan

(Sumber Singgia Aprianota, 2020)

2. Pembabakan

Untuk memudahkan memahami hasil penelitian, maka penulisan dibagi dalam pembabakan sebagai berikut :

- a. Bab I Pendahuluan.

Pada Bab ini dijelaskan mengenai latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, cara pengumpulan data, kerangka penelitian serta pembabakan dari laporan penelitian ini.

b. Bab II Dasar Pemikiran

Pada bab ini dijelaskan mengenai uraian studi pustaka, dan menjelaskan dasar pemikiran dari teori – teori yang relevan untuk digunakan sebagai pijakan dalam membuat laporan penelitian yang berjudul “Perancangan Buku Ilustrasi Digital Tentang Pola Hidup Sehat.

c. Bab III Data dan Analisis Masalah

Pada Bab ini diuraikan hasil pencarian data secara terstruktur dan teruraikan.

d. Bab IV Konsep dan Hasil Perancangan

Terdapat kesimpulan akhir mengenai hasil dari laporan penelitian yang telah dilakukan, lalu adanya kritik serta saran-saran yang berkaitan dengan penulisan laporan penelitian.

e. Bab V Penutup

Berisi masukan dan saran pada waktu sidang.

