

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Memiliki tubuh yang sehat menjadi pilihan banyak orang. Dalam keadaan suatu fisik dan mental yang baik kita bisa terhindar dari serangan penyakit yang siap menghampiri kapan saja. Beberapa penyakit yang awalnya terjadi karena gejala kecil bisa saja menjadi penyakit yang mematikan. Penyakit paling mematikan di dunia salah satunya adalah penyakit jantung.

Menurut estimasi para ahli WHO, setiap tahun sekitar 50% penduduk dunia meninggal akibat penyakit jantung dan pembuluh darah. Sebuah penelitian dari WHO melaporkan *World Healthy Statistic 2008*, tercatat 17,1 juta orang meninggal dunia akibat penyakit jantung koroner dan diperkirakan angka ini akan meningkat hingga 2030 menjadi 23,4 juta kematian didunia. (Sri Sumarti, 2010:7). Permasalahannya adalah mereka yang terserang penyakit ini tercatat diusia produktif antara 20-49 tahun. Mereka yang memiliki penyakit jantung ternyata berawal dari munculnya stres pada beban pikiran dalam kesehariannya. Hal ini perlu diperhatikan, karena dalam kondisi stres bisa menyebabkan pola hidup yang kurang baik, yang akhirnya bisa memicu penyakit kronis. Stres bisa muncul dari hal yang sebenarnya kecil seperti kelelahan setelah bekerja, berfikir negatif, tuntutan kerja yang tinggi, kekumuhan, polusi dan tidak ketersediaanya air bersih. Masalah seperti ini juga sedang dialami oleh Negara Indonesia. Angka kematian terbesar di Negara ini adalah akibat penyakit jantung koroner atau biasa disebut *the silence killer*. Menurut dr M. Taufik A Pohan SpJP tercatat angka kematian akibat penyakit jantung koroner mencapai 53,5 per 100.000 penduduk. Data yang ditemukan juga menyatakan jumlah pasien jantung diusia produktif meningkat sejumlah 28,84 %. Total pasien penyakit jantung semua usia pun bertambah cukup signifikan. Tahun 2010 ada 10.600 pasien dan pada 2010 ada lebih dari 12.800 orang yang mengalami penyakit jantung.

Di Indonesia wilayah paling banyak yang meninggal karena penyakit ini adalah daerah kota kota besar yang memiliki tingkat kesibukan tinggi. Kota

Bandung juga merupakan wilayah yang mengalami peningkatan penyakit tersebut. Dari data dinas kesehatan menyebutkan Bagian Rekam Medik dilaporkan bahwa jumlah kasus penyakit jantung koroner yang dirawat inap di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung pada tahun 2009 didapatkan 296 kasus dan tahun 2010 dengan jumlah kasus sebanyak 477 kasus. Kemungkinan bertambahnya pasien ditiap tahun akan bertambah mengingat kota ini sedang mengalami perkembangan industri dan kreatifitas, hal ini yang akan mengakibatkan tingkat stres bertambah mengingat kegiatan dan waktu orang bekerja akan semakin meningkat.

Ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk mengurangi tingkat stres, yang pertama perhatikanlah lingkungan sekitar anda, agar bisa beraktifitas dengan nyaman, kemudian cobalah berfikir positif dan bijak. Selain itu pola hidup seimbang juga dibutuhkan untuk mengatasi permasalahan stres. Cara yang paling efektif untuk mengendalikan diri dan pikiran anda adalah dengan berolahraga yoga. Olahraga yoga yang berasal dari kata “*Yuj*”, konon berasal darikata “*Yoke*” dalam bahasa Inggris yang artinya penyatuan atau pemusatan tenaga dan pikiran untuk mencapai tujuan yang didambakan dengan kata lain yang berarti mengendalikan. Yoga sangat erat hubungannya dengan organ didalam tubuh kita. Setiap gerakan yang dilakukan membutuhkan konstribusi melalui organ tubuh dan juga sistem pernafasan. Hal tersebut berpengaruh pada jantung, darah, sistem pencernaan, sistem tulang dan juga sistem otot. Maka dari itu olahraga yoga sangat cocok untuk membantu mengurangi tingkat stres yang akan menyebabkan timbulnya banyak penyakit diantaranya jantung koroner. Olahraga yoga tidak harus dilakukan dengan waktu yang lama. Menurut Penelitian American *college cardiology*, bagi orang yang melakukan yoga dalam tiga hari seminggu dalam waktu minimal 10 menit akan menurunkan tingkat depresi dan juga kecemasan. Namun tentunya olahraga ini perlu dilakukan bertahap dengan jangka waktu yang panjang (Kresna, 2014:30).

Adapun jenis jenis yoga yang bisa dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh, namun pemilihan terhadap jenis yoga yang sesuai akan lebih memberikan dampak secara cepat dan benar. Sampai sekarang ada beberapa jenis yoga yang bisa dilakukan seperti *Laya Yoga* yang bertujuan mengendalikan pusat-pusat energi,

Mantra Yoga yang berpengaruh terhadap tubuh, pikiran dan jiwa, *Bakhti Yoga* yang lebih mendekatkan kepada cinta kasih, kemudian *Karma Yoga*, *Jnana Yoga* dan yang terakhir *Raja Yoga*. Semuanya bisa dilakuka asalkan sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan masing-masing orang. Dengan memilih olahraga yoga nantinya akan memberi manfaat bagi kesehatan tubuh, Dan upaya tersebut harus dilakukan secara bertahap melalui sebuah kampanye agar bisa dilakukan dengan benar dan memiliki hasil yang diinginkan. Dimana dalam hal ini perlu sebuah upaya kampanye yang benar agar mereka dapat mengetahui dan melakukan olahraga yoga untuk mencegah jantung koroner dan menjaga kesehatan tubuhnya (Kresna, 2014:27).

1.2 Permasalahan

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah mengenai hidup sehat, dan bahaya penyakit jantung koroner maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Meningkatnya angka kematian di dunia terutama di Indonesia adalah dari penyakit jantung koroner disebabkan oleh tingkat stres yang tinggi dan kurangnya aktifitas fisik.
2. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan terhadap kesehatan tubuh.
3. Kurangnya kampanye hidup sehat dan pencegahan yang melatar belakangi dari masalah dari penyakit jantung koroner dengan melalui olahraga yoga.

1.2.2 Rumusan Masalah

Setelah mengidentifikasikan masalah adapun rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana strategi kreatif kampanye yang tepat dan mampu mengajak masyarakat peduli terhadap kesehatan melalui olahraga yoga dengan baik dan benar ?
2. Perancangan media seperti apakah yang mampu menarik respon target sasaran untuk mengkomunikasikan adanya kampanye pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga ?

1.2.3 Batasan Masalah

Untuk lebih terfokusnya permasalahan penulis membatasi masalah sebagai berikut :

1. Memilih kampanye hidup sehat melalui yoga sebagai cara menjaga kesehatan tubuh untuk orang sibuk agar mengurangi tingkat stres yang mengakibatkan penyakit jantung koroner.
2. Kampanye hidup sehat ini akan ditujukan kepada masyarakat daerah kota Bandung yang memiliki umur sekitar 25-30 tahun. Karena masyarakat di kota Bandung kota sedang mengalami peningkatan jumlah penderita penyakit jantung koroner.

1.3 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari perancangan kampanye kesehatan ini adalah :

1. Apa
Pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga.
2. Siapa
Di usia sekitar 25-30 tahun masyarakat kota Bandung mengalami peningkatan jumlah penyakit jantung koroner. Dan dalam hal ini pemerintah kota Bandung harus membantu dan berperan sebagai pelaksana kegiatan pencegahan jantung koroner.
3. Dimana
Di wilayah kota Bandung.
4. Kapan
Pada tahun 2010-2013 terlihat peningkatan penyakit jantung koroner di wilayah kota Bandung
5. Kenapa
Penyakit jantung koroner terjadi karena beberapa faktor, salah satu faktor yang berbahaya adalah dengan timbulnya tingkat yang tinggi. Karena dalam kondisi stres bisa menyebabkan pola hidup yang kurang baik, yang akhirnya bisa memicu penyakit kronis.

6. Bagaimana

Cara yang paling efektif untuk mengendalikan diri dan pikiran untuk mencegah stres yang menyebabkan penyakit jantung koroner adalah dengan berolahraga yoga.. Karena yoga dapat bermanfaat untuk membantu peredaran darah dan sistem pernafasan

1.4 Tujuan Perancangan

1.4.1 Tujuan Umum

1. Melalui strategi kreatif kampanye yang tepat dan benar diharapkan dapat memberikan pengetahuan terhadap pentingnya olahraga bagi kesehatan tubuh, sehingga masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat yang benar dan terhindar dari penyakit jantung koroner.
2. Melalui Perancangan dan penggunaan media yang sesuai diharapkan memberikan informasi mengenai adanya kampanye pencegahan penyakit jantung koroner melalui olahraga yoga.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Merancang strategi kampanye pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga yang informatif, komunikatif dan efisien.
2. Dengan rancangan visual yang tepat dan menarik dari kampanye ini akan lebih membuat orang ingin melakukan kegiatan olahraga walaupun memiliki banyak kegiatan.
3. Memperkenalkan dan mengembangkan olahraga yoga bagi masyarakat kota Bandung.
4. Merubah perilaku dan tindakan masyarakat kota Bandung menjadi sadar akan pentingnya pola hidup sehat.

1.5 Manfaat Perancangan

1. Bagi Keilmuan

Memberikan sumbagan pemikiran, khususnya dalam perancangan kampanye hidup sehat melalui bidang desain komunikasi visual.

2. Bagi Akademis

Memperluas pengetahuan dan khususnya dalam kampanye pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang bermanfaat mengenai pengetahuan tentang kampanye pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga melalui penggunaan media komunikasi visual.

4. Bagi Penulis

Melatih kreatifitas dan kemampuan untuk melakukan strategi kreatif dalam berkampanye hidup sehat dari melihat permasalahan dan fenomena dimasyarakat, sehingga penulis dapat merancang sebuah strategi kreatif yang baik dan benar .

1.6 Metode Penelitian

Menurut Bogdan dan Taylor (1992) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Pendekatan kualitatif diharapkan mampu menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan atau perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komperhensif, dan holistik. Tujuan Utama penelitian kualitatif adalah untuk memahami fenomena atau gejala sosial dengan cara memberikan pemaparan berupa penggambaran yang jelas tentang fenomena atau gejala sosial tersebut dalam bentuk rangkaian kata yang pada akhirnya akan menghasilkan sebuah teori (Wiratana, 2014:19). Dengan menggunakan teori ini penulis akan menghasilkan data yang fakta di lapangan. Karena dari penelitian ini penulis akan memahami fenomena yang ada dan menggabungkan permasalahan menjadi sebuah stategi perancangan kampanye yang sesuai dengan target.

1.6.1 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dipakai dalam kampanye hidup sehat dengan olahraga singkat ini adalah sebagai berikut :

1. Metode Studi Literatur

Metode Studi Literatur ini akan digunakan dengan pengumpulan data dari beberapa sumber seperti dokumen pada media online/internet yang sumbernya bisa dipercaya, dan kutipan dari beberapa buku akan menjadi panduan dalam pengolahan data. Data yang telah diperoleh kemudian akan dikembangkan oleh penulis menjadi sebuah ringkasan yang lengkap dan dapat menjelaskan gambaran secara umum mengenai permasalahan yang sedang terjadi.

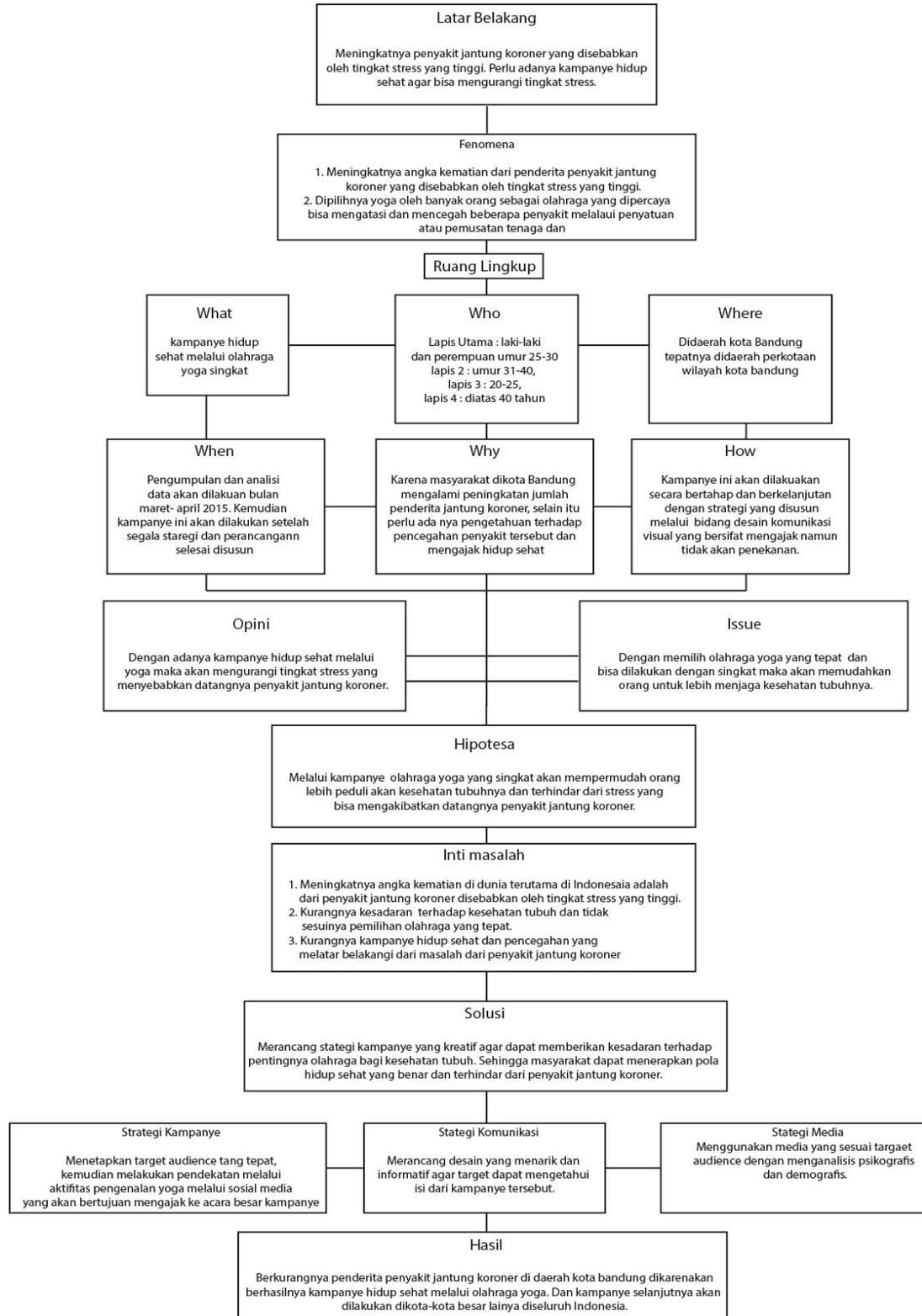
2. Metode Observasi

Metode Observasi akan dilakukan di daerah perkotaan seperti wilayah Dago, Asia Afrika, Soekarno Hatta, dan Riau yang memiliki jumlah kepadatan jumlah pekerja. Kota Bandung menjadi tepat utama yang dipilih menjadi sumber pengumpulan data karena di kota ini sedang mengalami peningkatan penderita jantung koroner. Observasi dilakukan di RSUD. Hasan Sadikin dan Dinas Kesehatan kota Bandung untuk memperoleh data yang fakta mengenai penyakit jantung koroner. Kemudian dilakukan juga observasi di BKOM mengenai pencegahan jantung koroner melalui olahraga yoga yang tepat dan benar. Dan untuk mendapatkan data target yang sesuai dilakukan observasi ke Badan Pusat Statistik Kota Bandung. Dan yang terakhir dilakukan observasi *car free day* untuk menguatkan data dari *target audience*.

3. Wawancara

Metode wawancara dilakukan untuk mendapatkan data sumber ahli dengan Narasumber Kepala Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat (BKOM) Bandung, dr. Sarasvati Manvatarini, M.Kes beserta dr. R Edward E Tambunan, SpKO. Wawancara dilakukan pada tanggal 4-9 Maret 2015 dengan cara bertatap muka (*face to face*) dan pemberian materi. Melalui wawancara ini didapatkan data yang sesuai dengan kebutuhan tugas akhir.

1.7 Kerangka Perancangan



Bagan : 1.1. kerangka perancangan

Sumber : Penulis

1.8 Sistematika Penulisan

Penulisan ini dibagi menjadi 5 bab, sebagai berikut yang merupakan kesatuan dari seluruh penulisan sistematika penulisan tersebut adalah :

Bab I Pendahuluan

Bab ini mengurai mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan perancangan, metode pengumpulan data, metode analisis, kerangka perancangan, dan pembabakan.

Bab II Landasan Teori

Bab ini dasar pemikiran dari menguraikan teori-teori yang relevan untuk dijadikan landasan yang memperkuat argument dari karya yang akan dibuat. Teori yang akan digunakan antara lain teori komunikasi, kampanye, teori psikologi dewasa, psikologi kesehatan, teori DKV, dan teori perilaku konsumen

Bab III Data dan Analisa Masalah

Bab ini berisikan dari narasumber dan institusi terkait, data khalayak sasaran, psikografis, data proyek sejenis yang pernah dilakukan, hasil wawancara, analisis untuk menghasilkan data yang lengkap juga menghasilkan konsep perancangan kampanye.

Bab IV Konsep dan Hasil Perancangan

Bab ini berisi konsep komunikasi, konsep kreatif (pendekatan), konsep visual (jenis, huruf, warna, bentuk , gaya visual) dan konsep media (media apa saja yang digunakan, perencanaan media dan biaya media), sketsa alternatif hingga penerapan visual pada media.

Bab V Penutup

Bab ini merupakan rangkuman kesimpulan dan hasil perancangan kampanye dari hasil tulisan karya Tugas Akhir ini.