

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang, hal itu dapat terlihat dari pertumbuhan di dunia teknologi, ekonomi, yang begitu pesat khususnya di daerah perkotaan seperti Jakarta. Kehidupan masyarakat di kota Jakarta sangatlah padat akan aktifitas dan rutinitas sehari-hari. Setiap minggu selama hidup masyarakat Jakarta menghabiskan waktunya untuk bekerja dari pagi hingga malam hari, mengalami kemacetan lalu lintas, menghirup polusi udara, dan ditambah dengan asupan makanan yang tidak diatur. Menurut BPS propinsi DKI Jakarta (2013) total pekerja di Jakarta mencapai 4,65 juta jiwa, dan pekerja kantoran 3,26 juta jiwa sekitar 69,99% dari total pekerja di Jakarta merupakan pekerja kantoran. Dibandingkan dengan di tempat kerja lain, karyawan di lingkungan perkantoran lebih sering menghabiskan waktu dengan duduk bekerja di depan layar monitor. Hal ini dianggap berdampak buruk bagi kesehatan dan berat badan. Pasalnya, gerak fisik seseorang akan semakin berkurang dan membuat sejumlah otot tubuh pun tidak bekerja secara maksimal.

Hal ini jika dilakukan terus menerus akan mengendap, akan menyebabkan stres dan penurunan produktifitas kerja. Perkembangan tersebut memicu pergeseran terhadap pola hidup yang sehat di daerah perkotaan. Pola hidup sehat merupakan segala usaha untuk menerapkan kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup yang sehat dan menghindarkan kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan. Ada banyak cara melakukan gaya hidup sehat diantaranya dengan mengkonsumsi makanan yang sehat untuk tubuh serta dengan melakukan aktifitas fisik secara teratur.

Faktor tersebut mendorong pekerja kantoran mulai melakukan gaya hidup sehat, salah satunya dengan berolahraga. Olahraga yang diminati masyarakat khususnya para pekerja kantoran adalah olahraga lari. Olahraga ini dipilih karena

mudah, murah, menyenangkan dan berdampak besar pada kesehatan tubuh. Oleh karena itu olahraga ini menjadi sangat populer dikalangan pekerja kantoran. Tak heran *event* lari mulai menjamur dan banyak diselenggarakan, khususnya *event* lari dengan *route* yang jauh (*half marathon*, *full marathon*, dan *ultra marathon*). Jika melihat jarak *route* yang diperlombakan disuatu *event*, diperlukan persiapan yang cukup sebelum mengikuti suatu *event* lari.

Pengetahuan tentang lari yang baik dan benar sangatlah penting, dikarenakan dibalik olahraga lari terdapat bahaya yang tidak diketahui banyak orang, bahaya tersebut adalah *heat stroke*. Untuk sebagian orang istilah ini sangatlah asing, dikarenakan minimnya informasi tentang *heat stroke*. *Heat stroke* merupakan suatu bentuk dari kelebihan panas sehingga terjadi peningkatan suhu tubuh normal menjadi abnormal. *Heat stroke* membutuhkan penanganan medis yang memadai karena keadaan ini akan mempengaruhi kerja otot, jantung, saraf dan otak, dalam bentuk kejang, hilang kesadaran dan dapat membawa penderitanya kepada kematian.

Selain pengetahuan akan lari yang baik ada beberapa faktor pendukung yang dapat menghindarkan pelari dari cedera bahkan *heat stroke* seperti pemilihan sepatu yang tepat dan jenis pakaian yang digunakan. Hal ini juga penting dikarenakan setiap bentuk kaki manusia sangatlah berbeda, dan pijakan langkah setiap orang berbeda-beda. Kaki merupakan bagian tubuh yang vital saat berlari, karena saat berlari kaki menahan beban 5 kali lebih berat dari berat tubuh kita sehingga pemilihan sepatu yang tepat sangat mempengaruhi agar terhindar dari cedera yang tidak diinginkan. Selanjutnya pemilihan pakaian, karena Indonesia merupakan negara yang memiliki iklim tropis sangat dianjurkan mengenakan pakaian lari yang tidak ketat dan memiliki sirkulasi udara yang baik.

Dari uraian permasalahan diatas, maka perlu diadakan suatu kampanye yang tepat untuk mengedukasi para pekerja kantoran yang gemar lari tentang lari yang baik dan benar agar terhindar dari *heat stroke* melalui strategi komunikasi kreatif yang tepat dan efektif.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, terdapat beberapa poin-poin masalah yang dapat diidentifikasi, yaitu:

1. Aktifitas sehari-hari yang dilakukan para pekerja perkantoran merupakan pola hidup yang tidak sehat.
2. Perlunya melakukan gaya hidup sehat untuk meningkatkan produktifitas kerja pada pekerja kantoran.
3. Kurangnya pemahaman para pekerja kantoran yang gemar lari, tentang lari yang baik dan aman, untuk mencapai hasil yang optimal.
4. Terdapat bahaya *heat stroke* yang tidak diketahui para pekerja kantoran yang gemar lari saat berlari.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana cara mengkampanyekan olahraga lari yang baik dan aman dikalangan pekerja kantoran yang gemar berolahraga lari di Jakarta?
2. Bagaimana memanfaatkan media yang tepat dan efektif untuk mengkampanyekan lari yang baik dan benar untuk mengurangi risiko cedera *heat stroke*?

1.4 Ruang Lingkup

Agar permasalahan dalam tugas akhir ini tidak terlalu meluas maka penulis menetapkan beberapa batasan masalah sebagai berikut:

1. Apa (*what*)
Permasalahan *heat stroke* yang diidentifikasi adalah sebab dari pemahaman yang kurang tentang lari yang baik dan benar.
2. Siapa (*who*)
Masyarakat khususnya dewasa dini usia antara 25-35 tahun yang merupakan pekerja kantoran yang gemar melakukan olahraga lari dengan

kelas sosial menengah kebawah sampai menengah keatas dan gaya hidup modern.

3. Dimana (*where*)

Di Indonesia khususnya di Kota Jakarta sebagai salah satu kota besar.

4. Kapan (*when*)

Sejak gaya hidup sehat menjadi pilihan untuk menjadi sehat dan mulai maraknya event-event lari yang diselenggarakan.

5. Mengapa (*Why*)

Karena kurangnya pemahaman lari yang baik dan benar.

6. Bagaimana (*how*)

Membuat sebuah kampanye untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pekerja kantoran yang gemar melakukan olahraga lari dalam upaya untuk mengurangi risiko terkena cedera *heat stroke* melalui pendekatan keilmuan Desain Komunikasi Visual.

1.5 Tujuan Perancangan

Tujuan Perancangan ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengkampanyekan lari yang baik dan aman dikalangan pekerja kantoran yang gemar lari di Jakarta.
2. Memanfaatkan media visual yang efektif untuk mengajak dan menarik perhatian pekerja kantoran yang gemar lari dalam pemahaman lari yang baik dan benar sebagai usaha mengurangi terjadinya *heat stroke* saat berlari.

1.6 Metode Penelitian

1.6.1 Metode Yang Digunakan

Untuk memecahkan masalah yang ada, maka diperlukan data-data yang berkaitan dengan tema yang diambil. Metode yang digunakan adalah **metode penelitian kualitatif**, dengan menggunakan pendekatan deskriptif berdasarkan fenomena yang terjadi yakni, metode yang bertujuan mendeskripsikan atau menjelaskan peristiwa/kejadian pada masa sekarang ini. Metode penelitian kualitatif “adalah media yang menekankan pada *quality* atau hal yang

terpenting dari sifat suatu barang/jasa, berupa kejadian/ fenomena/gejala sosial adalah makna dibalik kejadian tersebut yang dapat dijadikan pelajaran berharga bagi suatu pengembangan konsep teori” (Satori dkk, 2013).

1.6.2 Metode Pengumpulan Data

1. Wawancara Mendalam

Wawancara adalah suatu teknik pengumpulan data melalui kontak atau hubungan pribadi antara pengumpul data dengan sumber data yang disebut responden dengan mengadakan tanya jawab langsung. Sebuah metode yang dapat digambarkan sebagai sebuah interaksi yang melibatkan pewawancara dengan yang diwawancarai. (Rohidi, 2012)

Wawancara dilakukan kepada ahli yang mengerti tentang cedera *heat stroke* untuk mendapatkan opini tentang meningkatnya kasus *heat stroke* dan untuk mengetahui lari yang baik dan benar. Dan kepada target audiens serta komunitas-komunitas lari untuk mendapatkan opini tentang *heat stroke* dan *event* lari.

2. Observasi

Merupakan metode pengumpulan data dengan terjun langsung ke lapangan dengan tujuan untuk mendapatkan data secara sistematis terhadap objek yang diteliti untuk mendapatkan data original atau asli dan mengetahui keadaan di tempat survey secara rinci. (Sarwono dkk, 2007)

Observasi untuk melakukan pengamatan secara langsung. Dalam penelitian kali ini, observasi yang akan dilakukan bertujuan untuk mengetahui bagaimana cara lari yang baik dan benar.

3. Studi Pustaka

Metode ini merupakan metode yang menggunakan teori-teori dan buku-buku yang mendukung penelitian atau referensi dan situs internet yang berhubungan langsung dengan masalah yang diangkat. Dengan cara mempelajari berbagai sumber buku-buku kesehatan olahraga yang berkaitan dengan *heat stroke* dan beberapa jurnal penelitian sejenis sebagai data primer, serta pengamatan fenomena dan kasus *heat stroke* yang terjadi dengan menjadikan internet dan artikel sebagai sumber data sekunder.

4. Analisis

AOI

Gaya hidup serta pola hidup seseorang terungkap pada aktifitas minat dan opini mereka. Analisis khalayak sasaran menggunakan analisis AIO (*activities, interest, opinion*) ini ditujukan untuk mengenal minat dan gaya hidup konsumen

Adapun komponen-komponen dimensi gaya hidup AIO adalah:

Kegiatan	Minat	Opini
Pekerjaan	Keluarga	Terhadap diri sendiri
Hobi	Rumah	Isu-isu social
Kegiatan social	Pekerjaan	Politik
Liburan	Komunitas	Bisnis
Hiburan	Rekreasi	Ekonomi
Keanggotaan klub	Fashion	Pendidikan
Komunitas	Makanan	Produk-produk
Belanja	Media	Masa depan
Olahraga	Pencapaian	Kebudayaan

Tabel 1.1. Komponen dimensi gaya hidup

Sumber : Assael (1992) dalam Setiadi (2013)

SWOT

Analisi SWOT merupakan sebuah metode perencanaan strategis kampanye yang digunakan untuk mengevaluasi kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman dalam suatu kegiatan kampanye.

AISAS

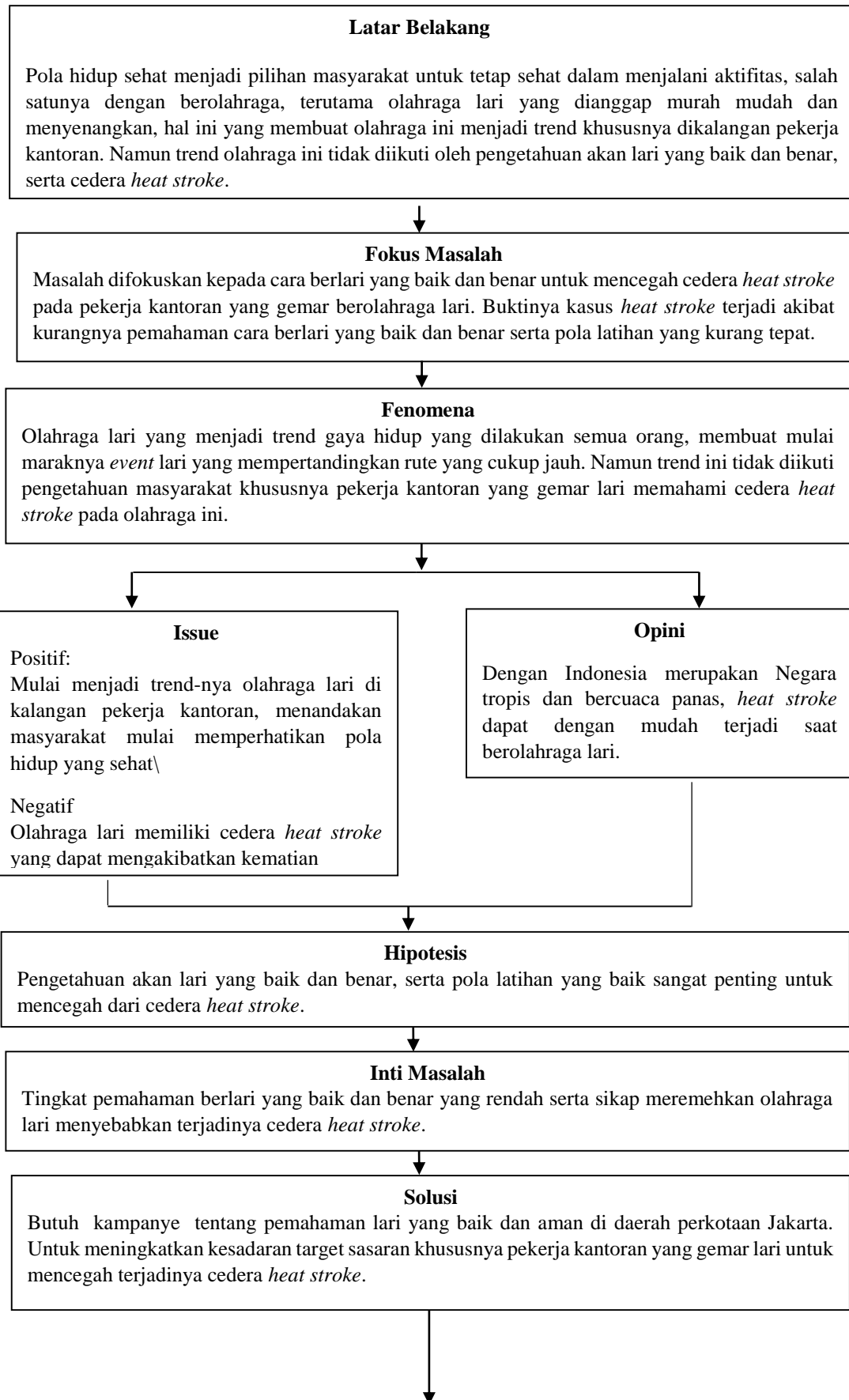
AISAS merupakan proses penyampaian pesan yang ditemukan Dentsu pada tahun 2004 dan telah dipergunakan di Jepang sejak 2005, yang terdiri dari beberapa tahap (*attention, interest, search, action, share*).

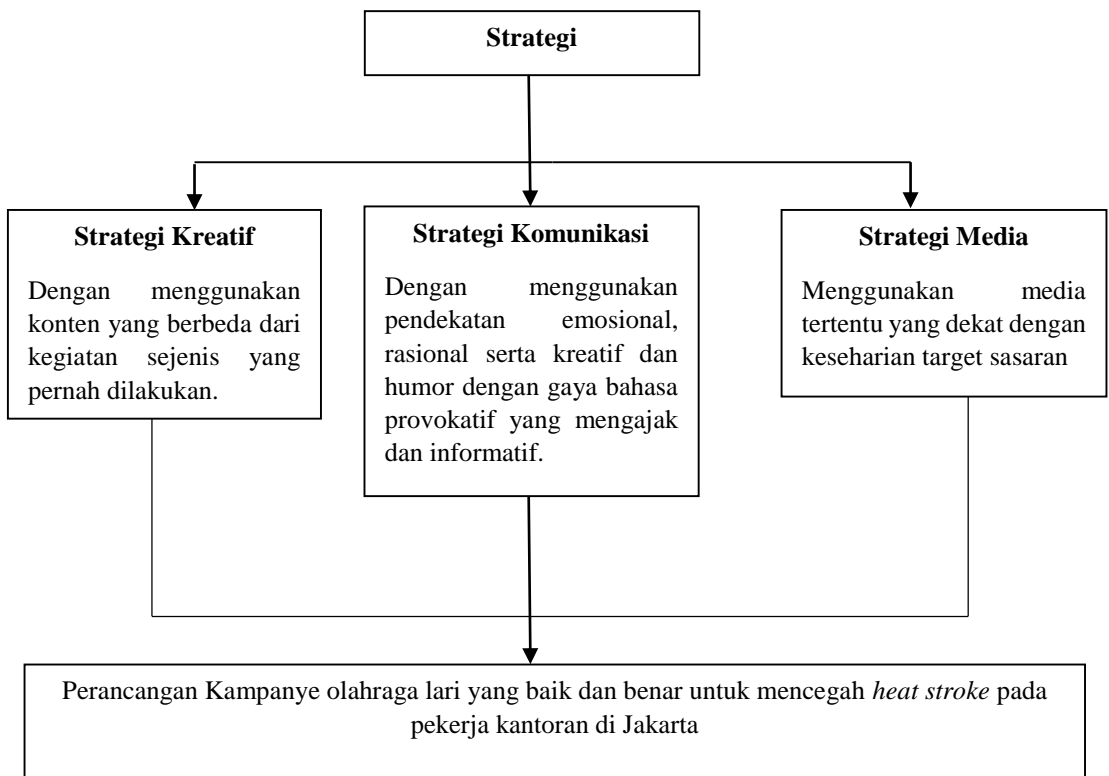
Tahap Kampanye	Respons Audiens	Model yang digunakan (AISAS)	Sifat
<i>Conditioning</i>	Efek Kognitif	<i>Attention</i>	Pasif
<i>Informing</i>	Efek Afektif	<i>Interest</i>	Pasif
		<i>Search</i>	Aktif
<i>Reminding</i>	Efek Psikomotorik	<i>Action</i>	Aktif
		<i>Share</i>	Aktif

Tabel 1.2. Tabel Kampanye

Model perilaku konsumen AISAS yang dikenalkan oleh Dentsu

1.7 Kerangka Perancangan





Bagan 1.1 Kerangka Perancangan

Sumber : Data Penulis

1.8 Pembabakan

Dalam penyajian laporan penelitian ini, digunakan sistematika penulisan sebagai berikut:

- BAB I Pendahuluan, memberikan pendahuluan yang berisi tentang latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup, tujuan perancangan, cara pengumpulan data analisis, kerangka perancangan dan pembabakan, mengenai kurangnya pemahaman lari yang baik dan benar.
- BAB II Berisikan teori-teori yang relevan sebagai landasan dalam melaksanakan perancangan media sosialisasi sekaligus media informasi bagi masyarakat pekerja kantoran di Kota Jakarta mengenai cara berlari yang baik dan aman agar terhindar dari cedera. Teori-teori yang digunakan mengenai teori kampanye, teori psikologi dan perilaku konsumen, dan teori media periklanan dalam ilmu desain komunikasi visual.
- BAB III Berisikan data hasil dari pengumpulan data melalui survei pada masyarakat pekerja kantoran secara acak, wawancara kepada pakar kesehatan, komunitas Indorunners, dan studi literatur dari buku, artikel, opini, dan tesis. Lalu analisis data untuk menghasilkan konsep perancangan.
- BAB IV Membahas tentang konsep besar dari kampanye (ide besar), konsep kreatif, konsep media, konsep visual dan hasil perancangan, mulai dari sketsa sampai pada penerapan media, dalam perancangan kampanye lari yang baik dan aman untuk pekerja kantoran di daerah perkotaan Jakarta.
- BAB V Berisikan kesimpulan dan saran dari hasil perancangan media sosialisasi sekaligus media informasi bagi masyarakat pekerja kantoran di Kota Jakarta mengenai lari yang baik dan aman agar terhindar dari cedera terutama *heat stroke*.