

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting, karena jika kesehatan seseorang terganggu akan mengurangi aktivitas sehari-harinya. Banyak faktor yang menyebabkan kesehatan seseorang terganggu, mulai dari kurangnya memperhatikan kesehatan, kurangnya asupan gizi yang dikonsumsi, gen keturunan yang mempunyai suatu penyakit tertentu dan juga pengaruh dari gaya hidup. Zaman sekarang yang serba canggih dan instan telah mengubah perilaku masyarakat khususnya di daerah perkotaan. Misalnya, dahulu orang-orang beraktivitas dengan berjalan kaki, tetapi sekarang lebih memilih untuk menggunakan kendaraan meskipun jaraknya dekat. Adapun dengan pola makan, dahulu orang-orang mengolah makanannya sendiri di rumah, saat ini sudah banyak restoran siap saji yang menyediakan makanan tetapi tidak memperhitungkan kandungan atau kebutuhan gizi yang harus dipenuhi. Selain pola makan yang tidak seimbang, budaya instan serta seringnya mengonsumsi makanan dan minuman tinggi lemak dan berkafein dapat menyebabkan menurunnya kesehatan manusia. Dengan mempermudah manusia melalui kemajuan teknologi sehingga terjadi perubahan gaya hidup yang membuat masyarakat tidak harus melakukan usaha lebih secara fisik untuk mendapatkan apa yang dibutuhkan. Hal ini membuat masyarakat menjadi kurang gerak sehingga dapat mengakibatkan terkena penyakit tidak menular, salah satu penyakit tidak menular adalah Osteoporosis.

Osteoporosis merupakan penyakit terbesar ke 3 setelah penyakit jantung dan kanker. Osteoporosis adalah gangguan penyakit pada tulang, dimana kepadatan tulang berkurang atau menurun. Kepadatan tulang menurun akibatnya berkurangnya kadar deposit kalsium dalam tulang dan menurunnya protein tulang. Osteoporosis dikatakan sebagai “*silent disease*” atau penyakit sunyi karena tidak menimbulkan gejala yang langsung dirasakan oleh seseorang yang mungkin terkena Osteoporosis. (Sefrina, 2016:13)

Penduduk Indonesia diperkirakan akan meningkat selama empat dekade sebesar 20%, pada tahun 2013 berjumlah 251 juta menjadi 300 juta pada tahun 2050. Peningkatan yang paling signifikan diperkirakan pada usia di atas 50 dan 70 tahun, dengan perkiraan di tahun 2013, usia > 50 tahun sebanyak 48 juta dan di usia > 70 tahun sebanyak 10,4 juta, sedangkan pada tahun 2050 diperkirakan terjadi peningkatan pada usia > 50 tahun menjadi 135% sebanyak 113 juta dan pada usia > 70 tahun terjadi peningkatan sebanyak 294% menjadi 40,8 juta. Pada tahun 2050 usia harapan hidup diperkirakan akan mencapai usia 80 tahun, meningkat sebanyak 11% dari usia saat ini yaitu 72 tahun. Pada tahun 2050, yang paling berisiko untuk terjadi Osteoporosis, yaitu pria dan wanita berusia di atas 50 tahun, dan lebih dari sepertiga total penduduk Indonesia. Data menurut Perhimpunan Osteoporosis Indonesia (PEROSI) pada tahun 2013, prevalensi Osteoporosis pada wanita yang berusia antara 50 - 70 tahun adalah 23 %, sedangkan pada wanita > 70 tahun adalah 53%. Prevalensi fraktur panggul adalah 119 diantara 100.000 populasi. Data Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2010 mencatat bahwa terdapat insiden patah tulang paha atas akibat Osteoporosis adalah sekitar 200 diantara 100.000 kasus wanita dan pria di atas usia 40 tahun. (Juknis Osteoporosis, PEROSI)

Ketika bertemu dengan orang tua yang berpostur bongkok, tinggi badan semakin menurun dan sulit berjalan, sebenarnya ia merupakan penderita osteoporosis. Tetapi banyak dari masyarakat menganggap hal tersebut adalah suatu hal yang wajar terjadi jika menginjak usia lansia. Namun jangan mengira bahwa Osteoporosis hanya terjadi pada lansia, terutama perempuan pada usia 20 atau 30 tahun pun dapat terkena Osteoporosis, tetapi untungnya kejadian tersebut jarang terjadi. Osteoporosis dapat ditunda ataupun dicegah. Usia pencegahan yang paling berarti adalah dari usia 8 sampai 16 tahun , karena pada usia tersebut terjadi pematangan tulang dan pada awal usia 20 tahun kepadatan tulang sudah mencapai puncaknya. Adanya suatu penelitian di Indonesia telah menunjukkan, bahwa asupan kadar kalsium, terutama anak perempuan remaja jauh lebih rendah dari semestinya. (Roesma, 2006:7:8)

Ada beberapa penyebab terjadinya Osteoporosis adalah menerapkan pola hidup tidak aktif seperti kurangnya aktivitas fisik, olahraga. Olahraga merupakan salah satu hal terpenting karena jika dilakukan secara teratur dan tidak berlebihan akan berdampak positif terhadap kepadatan massa tulang serta kekuatan tulang. Mengonsumsi makanan bernutrisi rendah dan tinggi lemak, serta minuman yang mengandung alkohol, kafein dan soda yang sering dikonsumsi oleh para remaja ketika mengonsumsi berkumpul dengan teman-teman di *café*, padahal tulang sama dengan organ-organ lain yang ada pada tubuh yang membutuhkan nutrisi seimbang, seperti energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral untuk pertumbuhannya, mineral yang dimaksud salah satunya adalah kalsium. Kalsium paling tinggi dibutuhkan paling banyak pada usia 10-18 tahun, yaitu sekitar 1300 mg per hari. Selain kalsium, vitamin juga diperlukan, salah satunya vitamin D yang didapat dari paparan sinar matahari. Sinar matahari yang baik pada jam 7-10 pagi. (Roesma, 2006:24)

Namun telah meningkatnya jumlah anak Indonesia tidak memperoleh asupan kalsium yang memadai. Jumlah anak yang kurang gizi telah mencapai 5 juta orang. Kekurangan protein, kalsium, dan vitamin D yang berkepanjangan pada waktu remaja sangat mempengaruhi pembentukan tulang. Resiko Osteoporosis dapat meningkat pada orang yang sangat kurus, pada saat remaja mengurangi makan agar langsing ala model sangat berpengaruh dalam pencapaian tingkat puncak massa tulang. Dikemukakan oleh Miriamn Nelson dalam bukunya "*Strong Women, Strong Bones*", Jika boneka *Barbie* menjadi tua pasti akan menderita Osteoporosis karena badannya yang super langsing. Remaja yang ingin kurus dan berat badannya menurun drastis, kadar kalsium dalam tulang akan ikut menurun. Makin tinggi seseorang sehingga menjadi kurus dan makin panjang tulangnya, semakin mudah pula untuk terjadinya patah tulang. (Roesma, 2006:33)

Dari uraian diatas, perilaku gaya hidup yang tidak sehat pada waktu remaja dapat menimbulkan Osteoporosis. Maka diperlukannya kampanye sosial yang dapat meningkatkan kesadaran remaja bahwa melakukan pola hidup sehat seperti berolahraga dan mengonsumsi makanan dan minuman bernutrisi

mulai dari usia remaja sangat berguna sebagai bentuk pencegahan dari Osteoporosis. Sehingga penulis tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut. Dengan mengkampanyekan pencegahan dini Osteoporosis pada usia remaja dengan berinvestasi pada “bank” tulang untuk kebutuhan seumur hidup melalui perubahan gaya hidup yang lebih baik sehingga dapat menghambat terjadinya Osteoporosis.

1.2 Masalah Perancangan

1.2.1 Identifikasi Masalah

Penulis menentukan identifikasi masalah dari latar belakang yang telah dijelaskan terkait dengan objek yang akan penulis teliti sebagai berikut :

- 1 Dengan adanya kemajuan teknologi dan perubahan gaya hidup yang serba instan dapat mengakibatkan terserang salah satu penyakit tidak menular yaitu osteoporosis.
- 2 Osteoporosis merupakan gangguan penyakit pada tulang dan penyakit terbesar ke 3 setelah jantung dan kanker dan tidak adanya gejala yang timbul untuk dapat mengetahuinya.
- 3 Usia diatas 50 tahun lebih berisiko terkena osteoporosis, khususnya pada wanita.
- 4 Osteoporosis dapat ditunda ataupun dicegah. Waktu pencegahan yang paling berarti adalah pada usia remaja.
- 5 Ada 3 faktor utama yang menjadi penyebab osteoporosis, yaitu kurangnya aktivitas fisik, mengkonsumsi makanan dan minuman yang bernutrisi rendah dan tinggi lemak, dan kurangnya asupan kalsium.
- 6 Perancangan kampanye pencegahan dini osteoporosis pada remaja.

1.2.2 Rumusan Masalah

Melihat dari identifikasi masalah yang telah penulis tentukan, penulis merumuskan permasalahan untuk dianalisis dan menjawab pertanyaan dari rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana merancang strategi kreatif dari kampanye pencegahan dini osteoporosis pada remaja yang tepat?

2. Bagaimana merancang media dan visual untuk kampanye pencegahan dini osteoporosis pada remaja yang tepat?

1.3 Ruang Lingkup

Dalam melakukan perancangan, penulis membatasi masalah yang akan dirancang. Agar dalam pembahasannya tidak terlalu luas, untuk itu ruang lingkungannya adalah sebagai berikut:

1.3.1 What (Apa)

Mengajak masyarakat untuk lebih memperdulikan kesehatan tulang dengan melakukan aktivitas fisik, terutama olahraga agar terhindar dari Osteoporosis.

1.3.2 Who (Siapa)

Target Audience yang dituju adalah remaja pada usia 13-17 tahun karena pada usia tersebut terjadinya pematangan massa tulang dan percepatan tumbuh sewaktu remaja dan waktu yang tepat. untuk berinvestasi pada tulang.

1.3.3 Where (Dimana)

Remaja kota Bandung.

1.3.4 When (Kapan)

Osteoporosis terjadi ketika usia 30-80 tahun, tetapi bisa juga terjadi pada usia 20-30 tahun, khususnya pada wanita yang juga mengalami *menopause*.

1.3.5 Why (Kenapa)

Osteoporosis terjadi karena pola hidup yang salah sewaktu kecil hingga remaja dan tidak adanya investasi terhadap tulang.

1.3.6 How (Bagaimana)

Pencegahan dini osteoporosis adalah dengan cara peningkatan kualitas hidup dengan cara perbaiki nutrisi dari makanan dan minuman yang dikonsumsi, melakukan aktifitas fisik seperti olahraga, terkena paparan sinar matahari pagi yang merupakan salah satu yang mengandung vitamin D, dan juga tidak merokok.

1.4 Tujuan Perancangan

Adapun tujuan dari perancangan penelitian ini:

1. Untuk merancang kampanye sosial yang tepat dengan mengajak para remaja usia 13-17 tahun untuk meningkatkan aktivitas fisik seperti olahraga sebagai bentuk pencegahan dini osteoporosis melalui pendekatan rasional dan gaya hidup.
2. Untuk merancang media kampanye sosial yang tepat dengan mengajak para remaja usia 13-17 tahun untuk meningkatkan aktivitas fisik seperti olahraga sebagai bentuk pencegahan dini osteoporosis melalui media, gaya visual vektor, dan pemilihan warna yang sesuai dengan *target audience*.

1.5 Manfaat Perancangan

1.5.1 Bagi Institusi

Sebagai sarana pengembangan pendidikan dan referensi bagi mahasiswa dan institusi sehingga dapat memperluas pengetahuan mengenai bagaimana cara pencegahan osteoporosis.

1.5.2 Bagi Penulis

Hasil penelitian dan perancangan kampanye ini dapat dijadikan bahan pembelajaran dan memperluas pengetahuan penulis terhadap Osteoporosis.

1.5.3 Bagi Pembaca

Hasil perancangan diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi pembaca dan agar para pembaca sadar akan kesehatan tulang.

1.6 Metode Penelitian

1.6.1 Metode Yang Digunakan

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif karena meneliti pada kondisi yang alamiah, data lebih bersifat deskriptif dan tidak terlalu berpacu pada angka sehingga mendapatkan makna dibalik data. (Sugiyono, 2015:22).

1.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan penulis melalui wawancara, studi literatur, dan observasi.

1. Studi Literatur

Dalam melakukan perancangan kampanye ini, penulis mempelajari beberapa jurnal kampanye sosial dan hal-hal yang terkait dengan Osteoporosis, beberapa buku literatur tentang Osteoporosis, membaca artikel-artikel yang ada di internet dan teori pendukung lainnya yang menyangkut pembahasan pada penelitian ini.

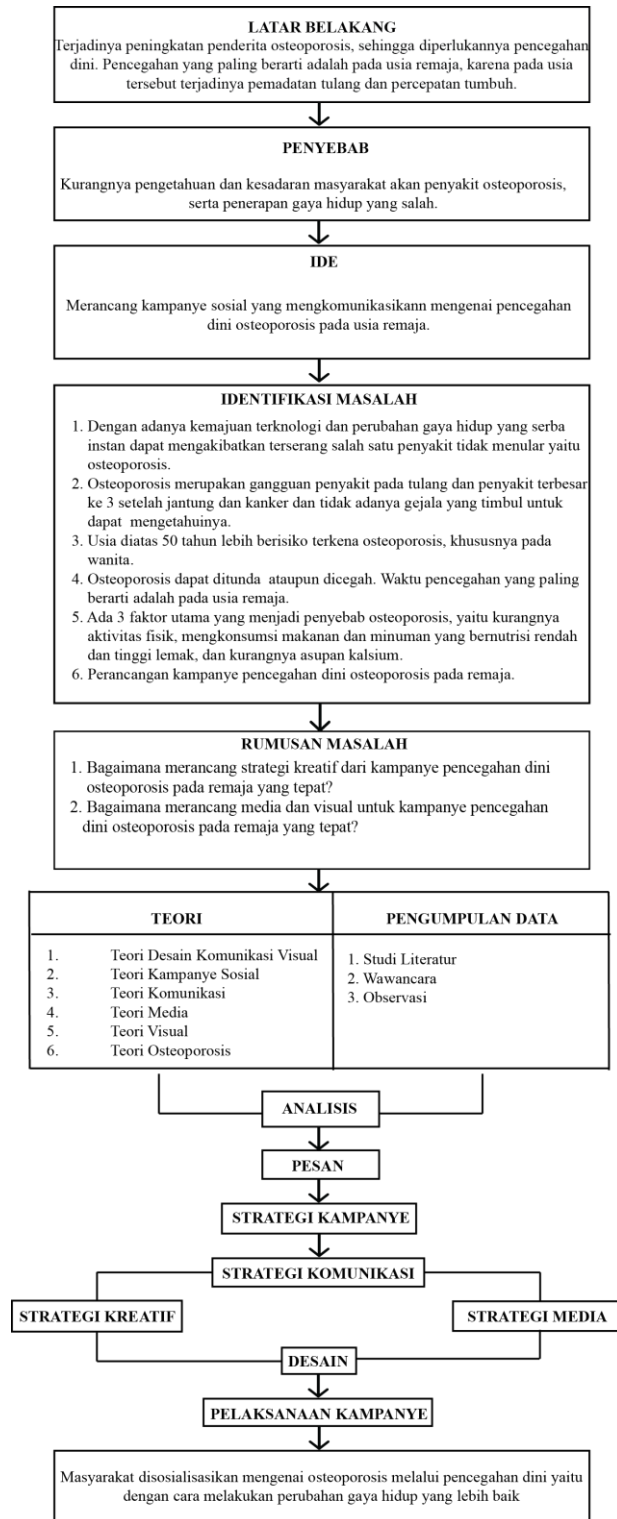
2 Wawancara

Dalam perancangan kampanye pencegahan dini Osteoporosis pada remaja ini, penulis mewawancarai ahli gizi Ike Asih Rahmawati untuk mengetahui bahan makanan yang mengandung kalsium, mewawancarai instruktur senam Osteoporosis di rumah sakit Karya Medika Bekasi mengenai gerakan-gerakan senamnya, dan juga mewawancarai sekretariat dari PEROSI (Perhimpunan Osteoporosis Indonesia).

3 Observasi

Penulis melakukan observasi di RSUD Ujungberung Bandung untuk mengetahui jumlah penderita Osteoporosis, mendatangi klub senam Osteoporosis di rumah sakit Karya Medika Bekasi dan juga melakukan observasi ke kantor PEROSI (Perhimpunan Osteoporosis Indonesia) untuk mendapatkan data-data.

1.7 Kerangka Perancangan



Gambar 1.1 Kerangka Perancangan
Sumber: Annida Puspa Sartika, 2016

1.8 Pembabakan

BAB I

Pada bab ini, penulis menjelaskan latar belakang penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan menentukan identifikasi masalah, perumusan masalah, ruang lingkup, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode perancangan meliputi teknik pengumpulan data, kerangka perancangan dan sistematika penulisan (pembabakan)

BAB II

Pada bab dua, penulis menggunakan beberapa teori dari beberapa sumber buku untuk dijadikan landasan teori yang kemudian menjadi bahan acuan dalam studi literatur perancangan Kampanye Pencegahan Dini Osteoporosis Pada Remaja ini.

BAB III

Pada bab tiga berisikan mengenai data dari objek perancangan kampanye secara keseluruhan dan pemaparan analisis masalah dari objek perancangan kampanye tersebut

BAB IV

Pada bab empat penulis menganalisis mengenai konsep pesan, konsep kreatif, konsep visual, konsep media dan hasil perancangan media yang disertai gambar dan tabel pendukung perancangan.

BAB V

Pada bab lima ini berisikan penjelasan berupa kesimpulan dan saran hasil dari penelitian yang penulis lakukan.