

ABSTRAK

Vitamin D penting dalam mengatur sistem imun dan mencegah tubuh terkena penyakit, salah satunya penyakit autoimun, yakni ketika sistem imun tubuh menyerang tubuh sendiri. Para ahli kesehatan sepakat, bahwa sumber utama vitamin D untuk tubuh adalah paparan sinar matahari, yakni yang terbaik adalah di siang hari, dari pukul 09.00 sampai 15.00. Oleh karena itu, sinar matahari sangat penting untuk mencegah penyakit autoimun. Namun pola hidup masyarakat urban yang pergi di pagi hari, pulang di sore hari, dan banyak beraktivitas di dalam ruangan membuat mereka jarang terpapar sinar matahari siang. Ditambah ketidaktahuan masyarakat akan pentingnya, membuat mereka cenderung menghindari. Sedang penderita penyakit autoimun mengalami kenaikan, dan penyakit tersebut sulit disembuhkan, sehingga beresiko untuk mengkonsumsi obat seumur hidupnya. Oleh karena itu pencegahan dengan edukasi kepada masyarakat perlu dilakukan dengan perancangan yang dapat mengajak target audiens untuk mau terpapar sinar matahari siang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan studi literatur.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyadarkan masyarakat agar mau terpapar sinar matahari siang untuk mencegah penyakit autoimun. Hasil dari penelitian ini adalah perancangan kampanye kesehatan berupa logo, poster, brosur, *flyer*, spanduk, *ambient media*, Instagram, *challenge*, dan video. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa perancangan kampanye pentingnya matahari siang untuk mencegah penyakit autoimun merupakan salah satu hal yang perlu dilakukan untuk menekan jumlah penderita autoimun di Indonesia khususnya Kota Bandung.

Kata kunci: Berjemur, Autoimun, Paparan Sinar Matahari, Kampanye Kesehatan